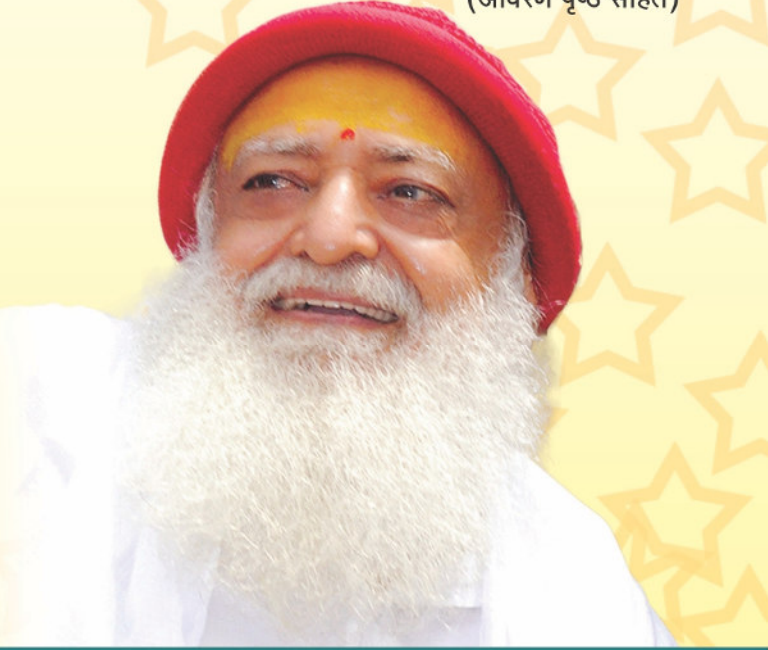
संत श्री आशारामजी आश्रम द्वारा प्रकाशित

मूल्य : ₹ ६ भाषा : हिन्दी
प्रकाशन दिनांक : १ नवम्बर २०१६
वर्ष : २६ अंक : ५
(निरंतर अंक : २८७)
पृष्ठ संख्या : ३२+४
(आवरण पृष्ठ सहित)

आपका कर्तव्य परोपकार है और प्राप्तव्य अपना आत्मा है। कर्तव्य लोक-मांगल्य है और प्राप्तव्य अपना आपा है। अतः निष्काम कर्म करें तथा प्रतिदिन सत्संग सुनें-विचारें, रहस्य समझें और परम रहस्यमय परमात्म-सुख पा लें। ॐ शांति... ॐ... ॐ...

- पूज्य बापूजी

अहमदाबाद में मनाये गये ५३वें आत्मसाक्षात्कार दिवस की कुछ झलकें

संकीर्तन यात्रा, झाँकी, सत्साहित्य-वितरण, तुलसी-वितरण, पादुका-पूजन आदि सेवाकार्य करते हुए युवा सेवा संघ, महिला उत्थान मंडल एवं समिति के साधक

परम कल्याण करनेवाला ग्रंथ : श्रीमद्भगवद्गीता १८

गीता जयंती : १० दिसम्बर

पूज्य बापूजी के आत्मसाक्षात्कार दिवस पर गरीबों में हुए भंडारों व सामग्री-वितरण की कुछ झलकें

शाहजहाँपुर (उ.प्र.)
पेटलावद, जि. झाबुआ (म.प्र.)
बालेश्वर (ओड़िशा)
हिम्मतनगर (गुज.)
गोरखपुर (उ.प्र.)
केसरापल्ली (ओड़िशा)
गोलवाँ, जि. मंडी (हि.प्र.)
मालेगाँव, जि. नासिक (महा.)
कपराड़ा जि. वलसाड़ (गुज.)
रीवा (म.प्र.)
चेन्नई
गोंदिया (महा.)
जामनगर (गुज.)
बेंगलुरु
वनियाम्बाडी (तमिलनाडु)

ऋषि प्रसाद सम्मेलन सत्संग-लाभ महालाभ... घर-घर सत्संग पहुँचाने का संकल्प

हम भगवत्कीर्तन गायेंगे, कलिकाल में सतयुग लायेंगे

आत्मसाक्षात्कार दिवस की संकीर्तन यात्राओं की अन्य तस्वीरों हेतु देखें 'लोक कल्याण सेतु', अक्टूबर २०१६, आवरण पृष्ठ ४

ऋषि प्रसाद

हिन्दी, गुजराती, मराठी, ओड़िया, तेलुगू, कन्नड़, अंग्रेजी, सिंधी, सिंधी (देवनागरी) व बंगाली भाषाओं में प्रकाशित

वर्ष : २६ अंक : ५ मूल्य : ₹ ६
भाषा : हिन्दी (निरंतर अंक : २८७)
प्रकाशन दिनांक : १ नवम्बर २०१६
पृष्ठ संख्या : ३२+४ (आवरण पृष्ठ सहित)
कार्तिक-मार्गशीर्ष वि.सं. २०७३

स्वामी : संत श्री आशारामजी आश्रम
प्रकाशक : धर्मेश जगराम सिंह चौहान
मुद्रक : राघवेन्द्र सुभाषचन्द्र गादा
प्रकाशन स्थल : संत श्री आशारामजी आश्रम, मोटेरा, संत श्री आशारामजी बापू आश्रम मार्ग, साबरमती, अहमदाबाद-३८०००५ (गुजरात)
मुद्रण स्थल : हरि ॐ मैन्युफेक्चरर्स, कुंजा मतरालियों, पौंटा साहिब, सिरमौर (हि.प्र.) - १७३०२५
सम्पादक : श्रीनिवास र. कुलकर्णी
सहसम्पादक : डॉ. प्रे.खो. मकवाणा
संरक्षक : एडवोकेट श्री जमनादास हलाटवाला

सम्पर्क पता :

'ऋषि प्रसाद', संत श्री आशारामजी आश्रम, संत श्री आशारामजी बापू आश्रम मार्ग, साबरमती, अहमदाबाद-३८०००५ (गुज.)
फोन : (०७९) २७५०५०१०-११, ३९८७७७८८
केवल 'ऋषि प्रसाद' पूछताछ हेतु : (०७९) ३९८७७७४२
Email : ashramindia@ashram.org
Website : www.ashram.org
www.rishiprasad.org

सदस्यता शुल्क (डाक खर्च सहित) भारत में

अवधि	हिन्दी व अन्य	अंग्रेजी	सिंधी व सिंधी (देवनागरी)
वार्षिक	₹ ६०	₹ ७०	₹ ३०
द्विवार्षिक	₹ १००	₹ १३५	₹ ५५
पंचवार्षिक	₹ २२५	₹ ३२५	₹ १२०
आजीवन	₹ ५००	----	₹ २९०

विदेशों में (सभी भाषाएँ)

अवधि	सार्क देश	अन्य देश
वार्षिक	₹ ३००	US $ 20
द्विवार्षिक	₹ ६००	US $ 40
पंचवार्षिक	₹ १५००	US $ 80

कृपया अपना सदस्यता शुल्क या अन्य किसी भी प्रकार की नकद राशि रजिस्टर्ड या साधारण डाक द्वारा न भेजें। इस माध्यम से कोई भी राशि गुम होने पर आश्रम की जिम्मेदारी नहीं रहेगी। अपनी राशि मनीऑर्डर या डिमांड ड्राफ्ट ('ऋषि प्रसाद' के नाम अहमदाबाद में देय) द्वारा ही भेजने की कृपा करें।

इस अंक में...

बापूजी ने जीने का सही ढंग सिखाया जीवन का उद्देश्य समझाया

साधनाकाल में पूज्य बापूजी

(गतांक से आगे)

प्राणायाम की महत्ता बताकर प्राणायाम करना सिखाया

संध्या के समय प्राणायाम करने की व्यवस्था हमारे ऋषियों ने की है। वायु की अंतरंग शक्ति का नाम है - प्राण। श्वास द्वारा हम इस शक्ति को निरंतर प्राप्त करते हैं। प्राण को ही प्राणशक्ति या जीवनशक्ति भी कहते हैं। इस शक्ति का आयाम अर्थात् विस्तार करने की क्रिया का नाम है - प्राणायाम। 'मनुस्मृति' (६.७१) में आता है :

दह्यन्ते ध्मायमाननां धातूनां हि यथा मलाः ।
तथेन्द्रियाणां दह्यन्ते दोषाः प्राणस्य निग्रहात् ॥

'जैसे सोना-चाँदी आदि धातुओं की मैल अग्नि में तपाने से जल जाती हैं, वैसे ही प्राणायाम करने से शरीर की इन्द्रियों के दोष नष्ट हो जाते हैं।'

'जाबालदर्शनोपनिषद्' (६.२०) में आता है :

प्राणायामैकनिष्ठस्य न किंचिदपि दुर्लभम् ।
तस्मात्सर्वप्रयत्नेन प्राणायामान्समभ्यसेत् ॥

'प्राणायाम में अटूट निष्ठा रखनेवाले मनुष्य के लिए कुछ भी दुर्लभ नहीं है। अतः मनुष्य को पूर्ण प्रयत्नशील रहते हुए प्राणायामों का अभ्यास करना चाहिए।'

प्राणायाम की आवश्यकता क्यों ?

ब्रह्मवेत्ता, शास्त्रवेत्ता पूज्य बापूजी प्राणायाम की आवश्यकता व महत्ता को जानते हैं। इसीलिए पूज्यश्री स्वयं प्राणायाम करते हैं और सत्संगियों को भी करवाते हैं। प्राणायाम दीर्घायुष्य एवं स्वस्थ जीवन जीने के लिए अत्यंत आवश्यक हैं। इसकी महत्ता बताते हुए पूज्यश्री कहते हैं : ''तुम्हारा हृदय जितना ज्यादा आंदोलित होता है उतना ज्यादा तुम्हारा आयुष्य कम होता है । खरगोश और कबूतर एक मिनट में ३८ श्वास खर्च करते हैं, वे ८ साल तक जी सकते हैं। बंदर एक मिनट में ३२ श्वास खर्च करता है, वह १० वर्ष तक जी सकता है। कुत्ता एक मिनट में २९ श्वास खर्च करता है, वह १४ वर्ष तक जी सकता है। घोड़ा एक मिनट में १९ श्वास खर्च करता है, वह करीब ५० साल तक जी सकता है।

मनुष्य एक मिनट में यदि १३ श्वास खर्च करे तो वह १०० साल तक जी सकता है । अगर आधि-व्याधि है तो उसके कारण जितने अधिक श्वास खर्च करता है तो उतना जल्दी मरता है।

हाथी एक मिनट में १२ श्वास खर्च करता है, वह करीब ११० साल तक जीता है। सर्प एक मिनट में ८ श्वास खर्च करता है, वह १२० साल तक जी

सकता है। कछुआ एक मिनट में केवल ५ श्वास खर्च करता है, वह १५० साल तक जी सकता है।

चीन के पीकिंग (बीजिंग) शहर के एक २५० वर्षीय वृद्ध से पूछा गया : ''आपकी इतनी दीर्घायु का रहस्य क्या है ?''

उस चीनी वृद्ध ने जो उत्तर दिया, वह सभीके लिए लाभदायक व उपयोगी है। उसने कहा : ''मेरे जीवन में तीन बातें हैं जिनकी वजह से मैं इतनी लम्बी आयु पा सका हूँ।

पहली, मैं कभी उत्तेजना के विचार नहीं करता तथा दिमाग में उत्तेजनात्मक विचार नहीं भरता हूँ। मेरा दिल-दिमाग शांत रहे, ऐसे ही विचारों को पोषण देता हूँ।

दूसरी बात, मैं उत्तेजित करनेवाला, आलस्य को बढ़ानेवाला भोज्य पदार्थ नहीं लेता और न ही अनावश्यक भोजन लेता हूँ। मैं स्वाद के लिए नहीं, स्वास्थ्य के लिए भोजन करता हूँ।

तीसरी बात, मैं गहरा श्वास लेता हूँ। नाभि तक श्वास भर जाय इतना श्वास लेता हूँ और फिर छोड़ता हूँ। अधूरा श्वास नहीं लेता।''

लाखों-करोड़ों लोग इस रहस्य को नहीं जानते। वे पूरा श्वास नहीं लेते। पूरा श्वास लेने से फेफड़ों और दूसरे अवयवों का अच्छी तरह से उपयोग होता है तथा श्वास की गति कम होती है। जो लोग जल्दी-जल्दी श्वास लेते हैं वे एक मिनट में १४-१५ श्वास गँवा देते हैं। जो लोग लम्बे श्वास लेते हैं वे एक मिनट में १०-१२ श्वास ही खर्च करते हैं। इससे आयुष्य की बचत होती है।

कार्य करते समय एक मिनट में १२-१३ श्वास खर्च होते हैं। दौड़ते समय या चलते-चलते बात करते समय एक मिनट में १८-२० श्वास एवं क्रोध करते समय २४ से २८ श्वास खर्च हो जाते हैं। काम-भोग के समय एक मिनट में ३२ से ३६ श्वास खर्च हो जाते हैं। जो अधिक विकारी हैं उनके श्वास ज्यादा जल्दी खत्म होते हैं, उनकी नस-नाड़ियाँ जल्दी कमजोर हो जाती हैं। हर मनुष्य का जीवनकाल उसके श्वासों के मुताबिक कम-अधिक होता है। कोई कम श्वास (आयु) लेकर आया हो लेकिन निर्विकारी होगा तो ज्यादा जी लेगा। भले कोई अधिक श्वास लेकर आया हो लेकिन अधिक विकारी जीवन जीने से वह उतना नहीं जी सकता जितना सामान्यरूप से प्रारब्धवश जी सकता था।

तात्पर्य, हम श्वास जितने कम खर्च करते हैं उतना आयुष्य लम्बा होता है। आयुष्य वर्षों में निर्धारित नहीं होता है, श्वासों पर निर्धारित होता है। तुम जितने भोग में, चिंता में या हर्ष में ज्यादा जीते हो, उतनी तुम्हारे श्वास की गति विषम होती है और जितना तुम समता में जीते हो, उतनी श्वास की गति सम होती है।

जब तुम क्रोध में होते हो, तब श्वास का लय एक प्रकार का होता है। जब तुम प्रेम में होते हो तब श्वास का लय दूसरे प्रकार का होता है। जब तुम राम में होते हो तो श्वास का लय शांत होता है और जब काम में होते हो तो श्वास का लय कुछ तीव्र होता है।

यदि तुमको श्वासकला आ जाय, प्राणायाम की विधि आ जाय तो काम, क्रोध, लोभ आदि के समय श्वासों का जो लय चलता है, उसे बदलकर तुम काम के समय राम में जा सकते हो, क्रोध के समय शांत हो सकते हो ऐसी कुंजियाँ ऋषियों ने दे रखी हैं। जरूरत है केवल उस कला को जानने की।

प्राण अगर तालबद्ध चलने लग जायें तो सूक्ष्म बनेंगे, दोष अपने-आप दूर हो जायेंगे और अशांति अपने-आप दूर होने लगेगी।

इन्द्रियों का स्वामी मन है और मन का स्वामी प्राण है। योगियों का कहना है कि अगर प्राण पर पूरा प्रभुत्व आ जाय तो तुम चन्द्र और सूर्य को गेंद की तरह अपनी इच्छा के अनुसार चला सकते हो, नक्षत्रों को अपनी जगह से हिला सकते हो। पूर्वकाल में सती शांडिली ने सूर्य की गति को रोक दिया था।

प्राणायाम के अभ्यास से प्राण सूक्ष्म होते हैं। जिसने अभ्यास करके प्राणों पर नियंत्रण पाकर मन को जीत लिया है, उसने समझो सब कुछ जीत लिया है।'' (क्रमशः)

सारे संसार को जीतने का कोर्स कर लो !

- पूज्य बापूजी

सत्संग से जितना लाभ होता है उतना किसी कोर्स और तपस्या से भी नहीं होता (कोर्स = पाठ्यक्रम) । इसलिए सत्संग देनेवाले अनुभवी सत्पुरुषों का जितना आदर करें उतना कम है । उनकी आज्ञा के अनुसार जितना जीवन ढालें उतना ही अपना मंगल है । व्यापार में तो हानि-लाभ होता है, पढ़ाई में तो पास-नापास होता है, दुनियावी कितने सारे कोर्स कर लो फिर भी अशांति और जन्म-मरण होता रहता है लेकिन सत्संग से लाभ-ही-लाभ होता है; हानि नहीं होती, अशांति नहीं होती, शांति बढ़ती है; पाप नहीं होता है, पुण्य ही होता है; नरकों में नहीं जाते हैं, भगवत्प्राप्ति होती है । सत्संग निर्दोष कोर्स है । दुनिया में बड़े-में-बड़ा, निर्दोष-में-निर्दोष, सस्ते-में-सस्ता और महान-में-महान कोई कोर्स है तो सत्संग का कोर्स है, भगवन्नाम जप-अनुष्ठान का कोर्स है । नाशवान शरीर में और नाशवान कोर्स में जितनी प्रीति है उतनी अविनाशी आत्मा-परमात्मा में हो जाय तो बस, ब्रह्म-परमात्मा को पाना सुलभ हो जाय ।

सत्संग से ५ लाभ तो सहज में होने लगते हैं : (१) भगवन्नाम के जप-कीर्तन का लाभ मिलकर भगवान की महिमा सुनने को मिलती है । (२) भगवान के वास्तविक स्वरूप का ज्ञान मिलता है । (३) भगवद्ध्यान एवं सेवा का सद्गुण विकसित होने लगता है । (४) बुद्धि में ईश्वर व ईश्वरप्राप्त महापुरुष के विलक्षण लक्षण विकसित होने लगते हैं और (५) अच्छा संग मिलता है । जो सत्संग भी करते हैं और आज्ञा का उल्लंघन भी करते हैं वे समझो सत्संग का गला घोंटते हैं ।

संसारी कोर्स करने से शोक, भय और चिंता बढ़ते हैं । 'भूल न जाऊँ... नौकरी मिलेगी कि नहीं मिलेगी ?... यह हमारे से आगे न बढ़ जाय... हमको जो मिला है चला न जाय...' - इस प्रकार का भय बढ़ेगा, चिंता बढ़ेगी और इज्जत मिट्टी में मिल जायेगी तथा भगवन्नाम जपने से और यह भगवत्कोर्स करने से इज्जत बढ़ेगी, मन सुख-शांति का एहसास करेगा, माता-पिता और सात-सात पीढ़ियों का मंगल हो जायेगा । नेता को खुशामदखोर लोग अच्छे लगते हैं और संतों को साधना करनेवाले अच्छे लगते हैं ।

'बिजनेस कोर्स करूँ... मैनेजमेंट कोर्स करूँ... फलाना कोर्स करूँ...' ये तो कई कर-करके मर गये, आप सारा जगत जीतने का कोर्स कर लो, चलो ! और एक साल के अंदर जगजीत प्रज्ञा ! ऐसा कोर्स कर लो - करवा लो ।

भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं :

इहैव तैर्जितः सर्गो येषां साम्ये स्थितं मनः ।
निर्दोषं हि समं ब्रह्म तस्माद् ब्रह्मणि ते स्थिताः ॥

(गीता : ५.१९)

क्या बढ़िया कोर्स है ! एक श्लोक... बस ! यह

कोर्स कर लो तो मैनेजमेंट कोर्सवाले फिर आपके चरणों की धूलि लेकर अपना भाग्य बनायेंगे । जिनका अंतःकरण समता में स्थित है उन्होंने इस जीवित अवस्था में ही सम्पूर्ण संसार को जीत लिया है क्योंकि ब्रह्म निर्दोष और सम है और वे समत्वयोग करके ब्रह्म में स्थित हो गये।

सभी कर सकते हैं यह कोर्स । बचपन में ही संस्कार डाल दो : सुख-दुःख में सम रहना है - ब्रह्म कोर्स ! मान-अपमान सपना है और रब अपना है - बच्चों में ये संस्कार डालो । मेरे गुरुदेव में उनकी दादी माँ ने ये संस्कार डाले और गुरुदेव ऐसे ब्रह्मज्ञानी हुए कि उनकी कृपा-प्रसादी से आसुमल में से आशाराम हो गये और लाखों-करोड़ों लोगों को उस दादी माँ की प्रसादी बँट रही है । बच्चों में संस्कार डालने का कितना भारी प्रभाव है ! मेरे लीलाशाहजी प्रभु की दादीजी तो पाँचवीं भी नहीं पढ़ी थीं, तीसरी भी नहीं पढ़ी होंगी शायद और घर में ही कैसा कोर्स करके बैठ गयीं ! मेरी माँ का कोर्स कर लो, चलो । बापू की माँ का कोर्स कौन-सा था ? ''साँईं ने कहा है, दही नहीं खाऊँगी, बस । साँईं ने कहा है, भुट्टे भारी होते हैं । इस उम्र में मकई के भुट्टे नहीं खाने हैं बस । साँईं की आज्ञा !'' मेरी माँ ने ऐसे ही आज्ञापालन का कोर्स कर लिया तो ऐसे ही मुफ्त में तर गयीं ! मनुष्य-जीवन का फल यही है, वही कोर्स कर ले बस... ब्रह्म को पा ले । ❍

हर परिस्थिति में अचूक मंत्र

एक बड़ा प्रतापी राजा था । उसके दरबार में एक से बढ़कर एक बुद्धिमान भरे पड़े थे । एक दिन उसने सबको बुलाया और कहा : ''ऐसा कोई मंत्र खोजकर लाओ जो हर परिस्थिति में अचूक हो और बड़े-से-बड़े खतरे का मुकाबला कर सके ।''

सारे बुद्धिमान दरबारी मंत्र की खोज में निकल पड़े । उन्होंने चहुँओर खूब खोज की लेकिन ऐसा कोई मंत्र उनके हाथ न लगा । थक-हारकर वे एक आत्मवेत्ता संत की शरण में जा पहुँचे ।

संत ने उन्हें एक तह किया हुआ छोटा-सा कागज देकर कहा : ''इसे सिर्फ सबसे बड़े और आखिरी खतरे के वक्त खोला जाय । इसे पढ़कर तुम जान लोगे कि क्या करना चाहिए ।''

दरबारियों ने तहशुदा कागज राजा को ला सौंपा । राजा ने उसे अपनी हीरे की अँगूठी में छिपाकर रख लिया । जब भी कोई खतरा सामने आता, राजा का ध्यान अँगूठी पर जाता और उसे संत का वचन याद आता कि 'इसे सिर्फ सबसे बड़े और आखिरी खतरे के वक्त खोला जाय ।' कई खतरे आये और गये । हर बार राजा ने ठहरकर सोचा, 'नहीं, यह आखिरी खतरा नहीं है । अभी कोई और उपाय किया जा सकता है ।'

समय बीतता गया, राजा की मृत्यु की घड़ी आ पहुँची । मरणासन्न राजा शय्या पर पड़ा था । उसका ध्यान अँगूठी पर गया । तभी खयाल आया, 'नहीं, अभी कुछ और उपाय हो सकता है !'

दरबारियों ने विनती की : ''महाराज ! कृपा करके कागज को खोलिये । हम जानना चाहते हैं कि अब क्या उपाय किया जाय ?''

राजा ने कहा : ''हमें अपना वचन निभाना चाहिए । जहाँ तक मंत्र का सवाल है, यह सचमुच अचूक है । इसके रहते मुझे कभी किसी खतरे का एहसास ही नहीं हुआ । हर बार कोई-न-कोई उपाय सूझ गया क्योंकि मैं इस मंत्र के बल पर घटनाओं को केवल साक्षी बनकर देख सका । मैंने स्वयं को घटनाओं के तेज बहाव में बह जाने नहीं दिया ।''

और राजा चल बसा । जैसे ही राजा ने आखिरी साँस ली, दरबारियों ने सबसे पहले हीरे की अँगूठी से कागज निकाल के खोला । वह कोरा था, उसमें कोई मंत्र नहीं लिखा था ! (शेष पृष्ठ ९ पर)

नर्स को अभद्र शब्द बोलने की वाहियात खबर की खुली पोल

ऐसी कोई घटना नहीं घटी : एम्स अस्पताल

२५ व २६ सितम्बर २०१६ के दैनिक भास्कर अखबार में पूज्य बापूजी द्वारा दिल्ली के एम्स अस्पताल में एक नर्स को अभद्र वचन कहे जाने की जो खबर छपी थी, उसे एम्स प्रशासन ने पूर्णतः मनगढ़ंत साबित कर दिया है। इस खबर के संदर्भ में अस्पताल-प्रशासन ने एक कमेटी बनाकर पूछताछ व जाँच की। तदनंतर अस्पताल के मीडिया एवं प्रोटोकॉल प्रभाग की अध्यक्ष प्रो. नीरजा भाटला एवं प्रवक्ता डॉ. अमित गुप्ता ने १७-१०-२०१६ को लिखित रूप से पत्र देकर बताया कि दैनिक भास्कर ने संत आशारामजी बापू के एम्स में जाँच-काल (१९ से २१ सितम्बर) के दौरान की जो खबर छापी थी, ऐसी किसी भी घटना की जानकारी उनके किसी भी स्टाफ ने नहीं दी है।

(एम्स के पत्र हेतु देखें पृष्ठ ९)

दैनिक भास्कर जैसे अखबार किस प्रकार बिना सिर-पैर की खबरों को छापकर संतों व संस्कृति के खिलाफ समाज में माहौल खड़ा कर रहे हैं, जनता को गुमराह कर रहे हैं - यह बात इस झूठी खबर की पोल खुलने से एक बार फिर स्पष्ट हो चुकी है।

गौरतलब है कि एम्स अस्पताल में लगातार तीन दिन चली जाँच के दौरान पूज्य बापूजी हमेशा सुरक्षाकर्मियों एवं डॉक्टरों से घिरे रहते थे। इस दौरान पुलिस ने भी न ऐसी कोई घटना दर्ज की और न ही कोई शिकायत उनके पास आयी। दैनिक भास्कर में छपी ब्रेड-बटरवाली यह खबर अत्यंत कपोलकल्पित है, यह बात सभीको इसलिए भी पहले से ही स्पष्ट थी क्योंकि सभी जानते हैं कि पूज्य बापूजी ब्रेड-बटर कभी खाते ही नहीं हैं।

ऐसी झूठी खबर को भास्कर अखबार ने सनसनीखेज बनाकर अपने मुखपृष्ठ पर छापा। और तो और, कई अखबार और पोर्टल्स भेड़चाल चलनेवाले साबित हुए, जो भास्कर की कोरी-काल्पनिक खबर की वास्तविकता को परखे बिना उसे केवल पाठकों का ध्यान आकर्षित करने के लिए अंधाधुंध छापते और फैलाते गये।

गौरतलब है कि दैनिक भास्कर जैसे कुछ प्रिंट व इलेक्ट्रॉनिक मीडिया ने पूज्य बापूजी के खिलाफ झूठी और तथ्यरहित खबरें प्रकाशित करने का अभियान-सा छेड़ रखा है तथा पूज्यश्री की जमानत की कानूनी प्रक्रिया को प्रभावित करने में कोई कोर-कसर नहीं छोड़ी है।

इस झूठी खबर से करोड़ों लोगों की धार्मिक भावनाओं को गहरी चोट पहुँची है। इसके विरोध में कई संस्कृतिरक्षक संगठनों व सजग देशवासियों द्वारा विरोध-प्रदर्शन किये गये तथा दैनिक भास्कर का बहिष्कार भी किया गया।

पीत पत्रकारिता के अनुयायी अखबार रोज अश्लीलता, तथ्यहीनता से भरी खबरें परोसकर देश में अनैतिकता व अशांति फैलाने का कार्य कर रहे हैं, जिससे जनता अब ऊब चुकी है। जनता की प्रतिक्रिया सोशल मीडिया में स्पष्टरूप से देखने को मिली। दैनिक भास्कर अखबार की अनैतिकता व अश्लीलता का विषय ट्विटर पर बहुचर्चित विषयों में प्रथम स्थान पर नजर आया। सभी देशवासियों को ऐसी झूठी, अनर्गल खबरों व ऐसे अखबारों से सावधान रहने की जरूरत है।

(रूपनारायण ठाकुर)

अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान
मीडिया एवं प्रोटोकॉल प्रभाग
अंसारी नगर, नई दिल्ली-110029

ALL INDIA INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCES
MEDIA & PROTOCOL DIVISION
Ansari Nagar, New Delhi-110029

फैक्स संख्या/ Fax No.: 91-11-26588663, 26588641
फोन नं० / Phone No. (Off.) : 011-26593400, 26593514
Email : nbhatla@aiims.ac.in | spokespersonaiims@aiims.ac.in

प्रो. नीरजा भाटला
अध्यक्ष
Prof. Neerja Bhatla
Chairperson

डॉ. अमित गुप्ता
प्रवक्ता
Dr. Amit Gupta
Spokesperson

F.No-15-3/ P.R./ M&PD/2014 Dated: 17/10/2016

Sub:- Reply to the letter from Yog Vedant Seva Samiti, Delhi dated 13/10/2016 regarding the news report of Dainik Bhaskar Daily related to Shri Asharamji Bapu during his visit to AIIMS from 19-21 September, 2016.

Regarding the above subject, as the information received from the office of Medical Superintendent it is submitted that no staff has reported occurrence of any such incident in the premises of AIIMS during the period 19th Sep. to 21st Sep. 2016.

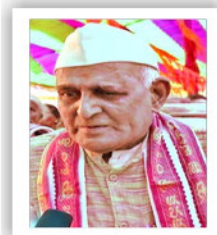
(Neerja Bhatla) (Dr. Amit Gupta)

(पृष्ठ ७ का शेष)

दरबारी देख नहीं पाये फिर भी मंत्र अपना काम कर चुका था।

यह भी देख, वह भी देख।
देखत देखत ऐसा देख,
मिट जाय धोखा रह जाय एक ॥

साक्षीभाव, असंगता वास्तव में एक ऐसा मंत्र है जो हर परिस्थिति में अचूक है। यह जिसके जीवन में आ जाता है वह दुनिया की सारी परिस्थितियों के सिर पर पैर रखकर सद्गुरु-कृपा से अपने परमात्म-स्वरूप, ब्रह्मस्वरूप को पा लेता है। ❍

तो आसुरी शक्तियों पर विजय पाना कठिन नहीं होगा

श्री बालकृष्ण नायक, राष्ट्रीय उपाध्यक्ष, विहिप : कांची के शंकराचार्यजी पर भी झूठे आरोप लगाये गये थे, जिनमें वे एकदम निर्दोष साबित हुए । अभी संत आशाराम बापू पर भी षड्यंत्र चल रहा है। यह क्या है ? 'छवि धूमिल करनी है' ऐसा तय करके जो लोग प्रयत्न करेंगे वे तो कुछ-न-कुछ बातें खड़ी करेंगे । इसके लिए सब सम्प्रदायों के वरिष्ठजन इकट्ठे होकर अपने धर्म व संस्कृति के रक्षण के लिए प्रयत्न करेंगे तो आसुरी शक्तियों पर विजय पाना कठिन नहीं होगा।

श्री एल.के. शर्मा, संस्थापक, श्री कृष्णा आनंद आश्रम, गुंटूर (आं.प्र.) : कोई आरोप सिद्ध नहीं हुआ है और बेकार में संत आशारामजी बापू को जेल में डाल के रखा है । उन्होंने देश की इतनी सेवा की, उनके इतने शिष्य हैं! हिन्दू समाज से मेरी प्रार्थना है कि सब मिलकर एक हो जायेंगे तो अपना बचाव है, नहीं तो आगे हिन्दुस्तान में हिन्दुओं का जीना मुश्किल हो जायेगा।

ज्योतिष और वास्तुशास्त्र के विद्वान श्री पवन गुरुजी, हैदराबाद (आं.प्र.) : संत आशारामजी बापू एक अच्छे और सच्चे संत हैं। प्रवचन और भक्ति के माध्यम से उन्होंने धर्म का प्रचार किया है और धर्म की सदा विजय हुई है, इनकी भी विजय अवश्य होगी। ❍

गुरुदेव बिन तुम्हारे...

हर ओर से हम कितने, हो रहे हैं बेसहारे।
हर पल तड़प रहे हैं, गुरुदेव बिन तुम्हारे॥
ऐसा नहीं था हर पल, थे संग ही तुम्हारे।
पर वो क्षण का दर्शन, थे सम्बल बने हमारे॥
अब वो भी छिन गया है, कैसे जियें बता दो।
हम तुममें समा जायें, हे सागर ! सरिता बना दो॥
मन हर पल ही छल रहा है, गुरुदेव बिन तुम्हारे।
हर ओर से हम...

तुम 'स्व' में हो प्रतिष्ठित, तेरे लिए है सब माया।
दृश्य अदृश्य ये सब कुछ, हैं तेरी मात्र छाया॥
कुछ धीर तो बँधा दो, हो कब तेरा नजारा।
हम कुछ न समझ पायें, व्याकुल हृदय हमारा॥
हर पल सिसक रहे हैं, गुरुदेव बिन तुम्हारे।
हर ओर से हम...

जप ध्यान 'ॐ' नियम तो, कुछ भी नहीं है छोड़ा।
अहंकार से अपना नाता, अब तक नहीं है तोड़ा॥
रह रह के अपना चित्त ही, अब दे रहा है धोखा।
कामना-पूर्ति का ही, बस ढूँढ़ता है मौका॥
प्रभु-प्रीति कौन दिलाये, गुरुदेव बिन तुम्हारे।
हर ओर से हम...

सब कुछ है खेल तेरा, सब कुछ तेरा पसारा।
त्रिलोकी में तुम बिन बापू, कोई नहीं हमारा॥
तुम मात-पिता हमारे, अब छोड़ो आँख-मिचौली।
अब तो दरस दिखा दो, सुनाओ हरिॐ की बोली॥
अब न दिन ढल रहे हैं, गुरुदेव बिन तुम्हारे।
हर ओर से हम...

- सुषमा शुभम, जि. पलामू (झारखंड)

मैं झूठ की जीत स्वीकार नहीं करूँगा

बात उन दिनों की है जब श्री गोपालस्वरूप पाठक इलाहाबाद में वकालत करते थे। उन्होंने अपने मार्गदर्शक महामना पं. मदनमोहन मालवीयजी से प्रेरणा ली थी कि वे कभी झूठ नहीं बोलेंगे और न किसीको धोखा देंगे।

एक बार पाठकजी के पास सम्पत्ति के विवाद का मुकदमा आया। उन्होंने अपने मुवक्किल से दस्तावेज माँगे। उसने कह दिया कि कागजात कुछ दिन बाद देगा। श्री पाठक ने न्यायाधीश के समक्ष जोरदार पैरवी की। उनके तर्कों से सहमत होकर न्यायाधीश ने उनके पक्ष में निर्णय लिख दिया किंतु निर्णय अगले दिन सुनानेवाले थे।

मुवक्किल मिठाई का डिब्बा तथा उपहार लेकर पाठकजी की कोठी पर पहुँचा। बातचीत में उसके मुख से निकल गया कि दस्तावेज फर्जी थे। यह सुनते ही पाठकजी न्यायाधीश के पास जा पहुँचे, बोले : "महोदय, मैंने भ्रमवश न्यायालय को गुमराह किया है। मैं झूठ की जीत स्वीकार नहीं करूँगा। आप निर्णय बदलने की कृपा करें।"

न्यायाधीश इस अनूठे वकील के सत्याचरण को देखकर हतप्रभ रह गये।

कैसे सत्यप्रेमी वकील ! किसी निरपराध को झूठे तर्कों के आधार पर दंड दिलाना वे अनैतिकता और अधर्म मानते थे। धन के लालच में अन्याय का पक्ष लेने को वे कभी तैयार नहीं हुए। भारत का यह सौभाग्य ही रहा कि ऐसे सत्यनिष्ठ व्यक्ति ने आगे चलकर इस देश के उपराष्ट्रपति पद को गौरवान्वित किया। ❍

आत्मज्ञान से सराबोर बापूजी के पत्र

ॐ

दिनांक : ३१-०५-१९७८

आनंदस्वरूप में डूबो।

शंकरलाल (तत्कालीन आश्रम संचालक),

जय आत्मदेव!

दिनांक १५ का लिखा हुआ आपका पत्र २२-५-७८ के आसपास मिला। तुरंत जवाब दिया है। उसके बाद हम २४-५-७८ के दिन ऋषि आश्रम (देहरादून) आये हैं और १०-६-७८ तक रहनेवाले हैं। यहाँ का एकांत वातावरण और संतों के प्रति आदर तथा आश्रम में रहनेवाले भक्तों की श्रद्धा-भक्तिसहित सेवा सचमुच आदरणीय है। आश्रम के भक्त आश्रम का खर्च वहन करते हैं। एक-एक महीना रसोई बनाने उनके कुटुम्ब के लोग रुकते हैं। बाजार से खरीदारी के लिए स्वयं रुकते हैं। तदुपरांत सुबह ६ बजे से रात्रि ८ बजे तक बारी-बारी से नियमित सबको जप में बैठना होता है, (ध्यान रखा जाता है कि) जप के बिना वह जगह खाली न पड़ी रहे। लगभग पूरा परिवार आकर सेवाकार्य में रचा-पचा रहे तो ही (यहाँ का) कार्य पूरा हो पाता है। धन्य हैं वे गृहस्थी साधु, जो संतों की ऐसी उत्तम सेवा करके धन्य-धन्य बनते हैं! हर साल ६ माह आश्रम खुला रहता है। उस दौरान ऐसा चलता है।

अपने आश्रम में भी जप करने का नियम लागू होना ही चाहिए। वर्तमान में मेरे सत्संग के कमरे में सुबह से शाम तक सभी डेढ़-दो घंटा एक ही आसन पर बैठ के एक ही माला द्वारा 'ॐ राम' का जप सतत चालू रखें ही, इतनी विशेष विनती सभी स्वीकारें - इसमें उन्हींका परम हित समाया हुआ है।

सत्संग-वाचक को कहना कि कर्म, उपासना में रुचि हो ऐसे ही ग्रंथों का सत्संग होने देना। मात्र खंडनात्मक वृत्ति से दिन नहीं गुजरेंगे। गीता का तीसरा अध्याय तथा योगवासिष्ठ का पहला भाग पढ़ना व विचार करना। बहनों को आदेश है कि योगवासिष्ठ भाग-१ आदि ग्रंथों के ऊपर बहनें मिल के चर्चा करें, वाचन करें, रुकें भी २-५ मिनट, फिर वापस पढ़ें। इस तरह भक्ति और ज्ञान अगर साधकों का मजबूत दिखेगा तो मोटेरा जल्दी आयेंगे अन्यथा... रोने के सिवाय क्या चारा है?

एक दिन ही जी मगर तू वीर बनकर जी॥

अविद्या-अंधकार से आत्मप्रकाश में आना यही वीरता है।

दर्द से बेचैन होकर, आँख में पानी न ला तू।
आयु का सुख-चैन खोकर,
राह अनजानी न जा तू।
निर्लजों[1] की लाज ढँकने,
द्रौपदी का चीर बनकर जी॥ एक दिन...
राह अपनी पर चला चल,
क्या अँधेरा क्या सवेरा।
बाँटता चल प्यार सबमें, कौन तेरा कौन मेरा।
बोल मीठे बोल कोकिल कीर[2] बनकर जी॥
एक दिन ही जी मगर...
बेसहारों को उठाकर, हाथ का तू दे सहारा।
लहर में जो जा गिरे हैं, सौंप दे उनको किनारा।
विश्व पूजे रोज वो तस्वीर बनकर जी॥
एक दिन ही जी मगर...

आशाराम

१. जो अपनी लाज नहीं बचा पा रहे हों
२. तोता

पूज्य बापूजी के प्रेरक जीवन-प्रसंग

साध्वी रेखा बहन, जिन्होंने १९९२ से बापूजी का सान्निध्य पाया है, उनके द्वारा बताये गये पूज्यश्री के मधुर जीवन-प्रसंग :

"तुझे हजारों लोग सुनेंगे"

१९९५ का वह दृश्य मुझे आज भी याद है । ठाणे जिले (महा.) में प्रतियोगिता थी । मैंने उसमें चाँदी का एक बड़ा कप जीता था । पिताजी ने मुझसे खुश होकर कहा : "बोल बेटी ! क्या चाहिए ?"

मैंने कहा : "पिताजी ! मुझे अहमदाबाद ले चलिये, यह कप बापूजी को दिखायेंगे ।"

पिताजी को उम्मीद नहीं थी कि बेटी यह माँगेगी । बापूजी के पास पहुँची तो पूज्यश्री बोले : "किसने दिया तुझे ?"

"बापूजी ! कॉलेजवालों ने दिया ।"

फिर मैंने प्रतियोगिता के बारे में बताया तो पूज्यश्री ने पूछा : "कितनी देर बोली ?"

"२० मिनट का समय था, २४ मिनट बोली ।"

"किस विषय पर बोली ?"

"जी, आतंकवाद पर ।"

"कितने लोग सुन रहे थे ?"

"६० लोग ।"

पूज्यश्री मुस्कराकर बोले : "बस, ६० लोगों में बोली !"

"बापूजी ! ६० लोग बहुत होते हैं महाविद्यालय में ।"

"अरे, तू बोलेगी तो हजारों सुनेंगे, ६० से क्या होगा !"

हम पंडाल से बाहर निकले तो पिताजी हँस रहे थे कि "इसको कौन-से हजार लोग सुनेंगे ? चल घर !" मुझे घर लेकर गये । किसको पता था कि गुरुदेव ने मस्तक पर कुछ लिख दिया है, मेरे भाग्य की लकीरें मेरे मालिक बदल चुके हैं ।

नश्वर धन से आत्मधन की ओर

१९९४ में जब मुझे नौकरी मिल रही थी तो बड़ी प्रसन्नता से श्रीचरणों में निवेदन किया कि "बापूजी ! मुझे नौकरी मिल रही है ।"

मैं बहुत खुश थी । मैं पहली छात्रा थी जिसे परीक्षा-परिणाम आये बिना ही नौकरी मिल रही थी । बापूजी बोले : "कितने रुपये मिलेंगे ?"

"साँईं ! १८०० मिलेंगे ।"

२२ साल पहले १८०० रुपये प्रारम्भिक वेतन बहुत होता था । बापूजी बोले : "बस इतना !"

मुझे लगा कि 'इसको बापूजी बस बोल रहे हैं !' पर बापूजी क्यों नहीं बोलेंगे बस क्योंकि

पूज्यश्री उस आत्म-खजाने के धनी हैं, जहाँ नश्वर धन की कीमत ही नहीं । गुरुजी ने कहा : ''जो मैं बोलूँगा वह करेगी ?''

''हाँ करूँगी ।''

''परीक्षा देकर आश्रम आ जाओ ।''

२५ जून १९९६ को मैंने अंतिम परीक्षा दी और २६ जून को अहमदाबाद आश्रम के लिए निकल पड़ी थी । बापूजी के दर्शन हुए और पूज्यश्री ने अनुष्ठान की आज्ञा दे दी । किसे पता था गुरुकृपा का सूत्र साधक को कहाँ ले जाता है ! आज आध्यात्मिक प्रवचनकर्ता बना दिया, साथ ही बापूजी परमात्म-प्राप्ति की ओर ले चल रहे हैं ।

ऐसे शिष्यों के सद्गुरु कितने महान होंगे !

मई-जून का महीना था । बापूजी हरिद्वार से ४-५ दिनों के लिए टिहरी गये थे ।

शाम को हम लोग गंगाजी के किनारे ध्यान-भजन करते थे । एक शाम को हम लोग मंत्रजप कर रहे थे तो एक महात्माजी आकर बोले : ''हरि ॐ... हरि ॐ...'' फिर जोर से कहा : ''जय आशाराम बापू !''

मैंने कहा : ''महाराजजी ! आपको कैसे पता चला कि हम बापूजी के आश्रम से आये हैं ?''

बोले : ''क्यों नहीं पता चलेगा ?''

''क्यों बाबाजी ! हमारे माथे पर तो लिखा नहीं है कि हम बापूजी के साधक-साधिकाएँ हैं ?''

''तुम्हारे इस आसन और जप-माला से पता चल जाता है कि ये बापूजी के आश्रम से आये हैं । पूरे वर्ष में हरिद्वार में इतनी भीड़ नहीं होती है जितनी मई और जून में होती है और जिधर देखो उधर लोग आसन पर बैठकर मंत्रजप करते हुए दिखते हैं । हम समझ जाते हैं कि संत आशारामजी बापू हरिद्वार में आ गये हैं । हमको यह देखकर बहुत अच्छा लगता है क्योंकि सामान्य लोग आते हैं तो वे गंगा में स्नान करते हैं, गंगा में आरती की-न की, चल पड़ते हैं लेकिन जब बापूजी के साधक आते हैं तो गंगा-किनारे बैठकर जप करते हैं, ध्यान करते हैं, कोई पाठ करता है... आप लोगों की इस एकाग्रता व भगवान के प्रति रुचि देखकर लगता है कि ऐसे शिष्यों के सद्गुरु कितने महान होंगे, जिन्होंने भक्तों को ऐसे सद्गुण दिये हैं कि उनके साधक व्यर्थ समय नहीं गँवाते ।''

मंत्रजप कितना करें ?

पूज्य बापूजी एक बार सूरत आश्रम में विराजमान थे । सुबह का समय था और शिविर पूरा हो गया था । आश्रमवासी भाइयों को बापूजी ने बुलाकर आगे बिठाया और कहा : ''कोई वेदांत की, ज्ञान की बात पूछनी हो तो पूछो ।''

भाइयों ने वेदांत पर एवं साधना-संबंधी अलग-अलग प्रश्न पूछे । एक भाई ने पूछा : ''बापूजी ! कृपा करके बताइये कि रोज कितनी देर जप करना चाहिए ? रोज कितनी माला करनी चाहिए ?''

पूज्यश्री बोले : ''तू ही बता कि रोज कितनी रोटी खानी चाहिए ?''

वह चुप हो गया । बापूजी ने फिर से पूछा तो वह बोला : ''बापूजी ! जब तक तृप्ति न हो, तब तक रोटी खानी चाहिए ।''

''बिल्कुल ठीक । जैसे जब तक पेट न भरे, तब तक थाली नहीं छोड़ते, ऐसे ही जब तक आत्मज्ञान न हो जाय, तब तक भगवन्नाम-जप नहीं छोड़ना चाहिए । और आत्मज्ञान होने के बाद भी जप छोड़ना नहीं पड़ता है, उसकी आदत बन जाती है । जप का इतना अभ्यास, इतना आनंद हो जाता है कि जप स्वतः उसके श्वास-श्वास में, उसके रोम-रोम में चलता है, रात को करवट बदले तो भी अंदर जप चलता है, भोजन का निवाला खाता है, चबाता है तब भी जप चलता है ।''

मंत्रमूलं गुरोर्वाक्यम्...

हिसार (हरि.) में एक १४-१५ साल के बच्चे के सिर के पूरे बाल झड़ गये थे, गंजा हो गया था। पूज्य बापूजी का वहाँ सत्संग था। वह टोपी पहनकर पूज्यश्री के सामने आया और सिर नीचे करके बैठा था क्योंकि सब लोग उसे 'गंजा-गंजा' कह के चिढ़ाते थे।

बापूजी ने पूछा : "यह ऐसे मुरझाया हुआ क्यों बैठा है ?"

उसकी मौसी बोली : "बापूजी ! इसके बाल झड़ गये हैं।"

"तो क्या हो गया ? बाल तो अपनी खेती है, फिर आ जायेंगे।"

उस बच्चे ने कहा : "बापूजी ! नहीं आते हैं। मैं ऑल इंडिया इंस्टीट्यूट ऑफ मेडिकल साइंसेस (AIIMS), दिल्ली में गया था। वहाँ डॉक्टरों ने इंजेक्शन लगाया तो भी बाल नहीं आये।"

"अच्छा, टोपी उतार।"

उसने टोपी उतारी तो पूज्यश्री बोले : "तू रोज 'टाल रे टाल, आ जा बाल...' कहते हुए सिर पर हाथ घुमाया कर।" और उसको प्रसाद में खजूर देकर कहा : "ये खाया कर !" और एक तेल बताया, बोले : "यह तेल लगाया कर, सब बाल आ जायेंगे।"

उसने बड़ी श्रद्धा से बापूजी द्वारा बताये प्रयोग चालू कर दिये। २ साल बाद सत्संग हेतु पूज्यश्री हिसार गये। हम लोग आश्रम के द्वार पर ही खड़े थे। बापूजी की गाड़ी आश्रम में प्रवेश कर रही थी और वह लड़का मिठाई लेकर खड़ा था, बोला : "बापूजी ! मिठाई, मिठाई...।"

पूज्यश्री ने पूछा : "काहे की मिठाई ?"

"बापूजी ! बाल की मिठाई।"

"बालों की मिठाई है ! चल, तू अंदर आ आश्रम में।"

पूज्यश्री थोड़ी देर बाद कुटिया से आये, बोले : "कौन लड़का बाल की मिठाई ले के आया है ?"

वह आगे आया, बापूजी को दंडवत् प्रणाम करके मिठाई खोली। पूज्यश्री बोले : "क्या बोल रहा है ? काहे के बाल ? काहे की मिठाई ?"

"बापूजी ! २ साल पहले आपने मुझे मंत्र दिया था : 'टाल रे टाल, आ जा बाल !' मैंने इसका खूब जप किया। और सभी बाल आ गये हैं। मेरी माँ ने मन्नत मानी थी कि इसके बाल आयेंगे तो सबसे पहले मिठाई बापूजी को खिलाने जायेंगे।"

स्वामीजी ने खुशी से पहले उसको प्रसाद दिया फिर कहा : "जा, पंडाल में जितने साधक बैठे हैं, सबको मिठाई खिला।"

फिर सबने मिठाई खायी। बापूजी विनोद कर रहे थे : "यह बाल की मिठाई है, खाओ, खाओ, तुम लोगों को भी बाल आयेंगे।"

सबको देने के बाद थोड़ी-सी मिठाई बच गयी, वह बापूजी के पास फिर से लेकर गया। बापूजी ने भी उसमें से थोड़ा ले लिया। पूज्यश्री बोले : "भाई ! बाल की मिठाई खा रहा हूँ।"

फिर उसने बापूजी से धीरे-से पूछा : "बापूजी ! हिसार में बहुत गंजे हैं, वे यह मंत्र माँग रहे हैं, दे दूँ क्या ?"

"खबरदार किसी गंजे को मंत्र दिया तो ! वह कोई बाल आने का मंत्र नहीं है। तेरी पुकार हृदय से थी, तू चाहता था कि गुरुजी से मुझे बाल आने का आशीर्वाद मिल जाय तो गुरु ने शुद्ध अंत:करण से कह दिया। तू किसी गंजे को देगा न, तो उसको बाल नहीं आयेंगे इसलिए किसीको मत देना।"

शास्त्र कहते हैं : 'मंत्रमूलं गुरोर्वाक्यं' अर्थात् जिन्होंने उस गुरु-पद, आत्मपद को पाया है, उनकी वाणी ही मंत्र है। उनका एक-एक वचन पूर्ण सत्य होता है। ❍

आगे बढ़ने से रोकनेवाला शत्रु : अभिमान

विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य-निर्माण में अभिमान एक बहुत बड़ी बाधा है । यह विद्यार्थियों की योग्यताओं का नाश करनेवाला दुर्गुण है । मनुष्य में अहंकार का आना पतन का सूचक है । अभिमान नासमझी से उत्पन्न होता है और विचार करने से घड़ीभर भी टिक नहीं सकता ।

किसी विद्यार्थी को कक्षा में कोई चीज समझ में नहीं आयी हो तो वह अभिमान के कारण ही दूसरे से सहायता लेने में हिचकता है । संकोचवश वह शिक्षक से भी नहीं पूछता और परीक्षा में सटीक जवाब नहीं दे पाता । और कोई विद्यार्थी कड़ी मेहनत से पढ़ाई करता है एवं अच्छे अंक प्राप्त करता है तो छाती चौड़ी करता है कि उसके समान तीव्र बुद्धिवाला कोई अन्य छात्र नहीं है । यह भी अभिमान है । फलतः आगे चलकर इसी मिथ्याभिमान के कारण उसकी मेहनत में कमी आ जाती है और वह लक्ष्य से भटक जाता है । हर जगह अभिमान कर्ता को गिराता ही है ।

दोस्तों की सस्ती वाहवाही लूटने हेतु किसी भी हद तक जाने के लिए तैयार हो जाना, न चाहते हुए भी दोस्तों के दबाव और बहकावे में आ जाना, जोश में होश खोकर गलत काम कर बैठना - ये अभिमान के ही छद्म रूप हैं । 'मुझमें अभिमान नहीं' यह भी अभिमान है । यह बहुत ही सूक्ष्म होता है, इतना सूक्ष्म कि ईश्वर के बाद इसी का नम्बर है । इसके बहुत रूप हैं । अभिमान, अहंकार, मैं-मेरा, तू-तेरा ही तो पतनकारी वृत्तियाँ हैं । संत तुलसीदासजी कहते हैं :

मैं अरु मोर तोर तैं माया ।
जेहिं बस कीन्हे जीव निकाया ॥
(श्री रामचरित. अर.कां. : १४.१)

अभिमान और अहंकार माया है, जिसके वशीभूत होकर जीव नष्ट हो जाता है । यही माया मानव-मन में शारीरिक सुख की तीव्र कामना पैदा करती है । इसी सुख को पाने के लिए एवं इसे पाने के मार्ग के विघ्नों को हटाने के लिए व्यक्ति कोई भी पापकर्म करने के लिए तैयार हो जाता है । इसलिए 'श्री रामचरितमानस' (उ.कां. : ७३.३) में आता है :

सकल सोक दायक अभिमाना ।
समस्त दुःखों को देनेवाला अभिमान है ।

'विदुर नीति' में भी आता है कि 'अभिमान सर्वस्व को नष्ट कर देता है ।'

जो बहुत घमंड करते हैं वे अपने ही घमंड के कारण गिरते हैं । इसलिए किसीको घमंड नहीं करना चाहिए । यही हार का, पतन का कारण है ।

भगवान सब कुछ सह लेते हैं पर भक्त का अहंकार नहीं । अहंकार न रावण का बचा न कंस का और न कौरवों का, न हिटलर न सिकंदर का बचा । संसार में कुछ भी अभिमान करने योग्य नहीं है क्योंकि जिस चीज का अभिमान किया जा रहा है उससे श्रेष्ठ चीज अनेक लोगों के पास है । अभिमान परमात्म-प्राप्ति के मार्ग को बंद कर देता है । यह आगे बढ़ने के मार्ग में बहुत बड़ी बाधा है । अतः निराभिमानिता को जीवन में लाइये । निराभिमानिता आयेगी सत्संग सुनने और मनन करने से तथा ब्रह्मज्ञानी महापुरुषों के दैवी सेवाकार्यों में विनयपूर्वक सहभागी होने से । विवेकपूर्ण विनय अपने चित्त से अहंकार का उन्मूलन करके आत्मप्रसाद का बीजारोपण करता है । जिसका अहं मिट जाता है उसका चित्त परमात्मा में स्थिर हो जाता है । ❍

अष्टावक्र गीता

(गतांक से आगे)

राजा जनक का स्वप्न

- पूज्य बापूजी

(अष्टावक्र गीता की उत्पत्ति के बारे में यह कथा भी प्रचलित है :)

राजा जनक ने स्वप्न में देखा कि शत्रु ने राज्य पर चढ़ाई कर दी है । बड़ा घमासान युद्ध हुआ, जनक हार गये और उन्हें बंदी बना लिया गया । शत्रु सिंहासन पर बैठा है । शत्रु ने जनक को बुलाया और कहा : "तुम धर्मात्मा हो इसलिए हम तुम्हारा वध नहीं करना चाहते हैं लेकिन शत्रु को राज्य में रहने दें तो कभी भी उपद्रव कर सकता है । तो हम धोती, लोटा और अंगोछा - इतना तुमको ले जाने की छूट देते हैं और तुमको कोई सहयोग करेगा तो उसको मृत्युदंड दिया जायेगा । अभी-अभी राज्य को छोड़कर जहाँ प्राण बचाने को जाना चाहो भाग जाओ ।"

स्वप्न में राजा जनक अपने प्राण बचाने के लिए चल पड़े । जंगलों को पसार करते-करते किसी नगर में आये । ३ दिन की यात्रा व भूख-प्यास ने राजा जनक को राजवी पुरुष में से कंगाल पुरुष की आकृति में परिवर्तित कर दिया । कहीं भिखमंगों को खिचड़ी बँट रही थी, वहाँ जनक पंक्ति में खड़े हुए । आखिर में देरी से पहुँचे हुए इस भिखमंगे को खिचड़ी बाँटनेवाले ने कहा : "भिखारी ! तेरा भाग्य भी भिखारी है, खिचड़ी खत्म हो गयी ।"

जनक कहते हैं : "बहुत भूखा हूँ, कृपा हो जाय ।"

बोले : "मैं खुरचन निकाल के देता हूँ, बाद में मेरे तपेले माँज देना, समझे ?"

बोले : "ठीक है ।"

खुरचन निकाल के दी । दो हाथों की अंजलि में खुरचन लेकर कहीं खाने को जा रहे हैं जनक । 'हाय भगवान ! तीन दिन पहले तो मैं जनकपुरी का सम्राट था और आज कंकड़ोंवाली इस खुरचन के लिए भी बर्तन माँजे और हाथों में चीरे पड़ गये । हे भगवान ! यह क्या है ? यह भाग्य कब करवट ले ले...' ऐसा सोच रहे थे कि इतने में तो चील ने जोरों से झपटा मारा । ओह ! वह कंकड़वाली खिचड़ी की खुरचन भी गिर गयी । जनक कहते हैं : "हाय विधाता ! कहाँ तो मैं सम्राट था और कहाँ भिखमंगों की एक पंक्ति में खिचड़ी भी नहीं मिल रही थी, कंकड़वाली खुरचन मिली और वह भी मेरे भाग्य में नहीं । हाय ! यह क्या !!"

तभी आँखें खुल गयीं, जनक चौंके... शरीर पसीने से तरबतर, हृदय तेजी से धड़क रहा है । जनक सोचते हैं कि 'यह सच्चा कि वह सच्चा ? यहाँ राजपाट, महल है, अंगरक्षक हैं और वहाँ मैंने ऐसा दुःख देखा । जब दुःख देख रहा था उस समय वह सच्चा था और इधर देखता हूँ तो यह सच्चा ।'

प्रभात हुआ । मंत्रियों से पूछा कि "यह सच्चा कि वह सच्चा ?" कोई ठीक जवाब नहीं दे पाये ।

प्रश्न के समाधान के लिए विद्वानों की सभा बुलायी । उनसे भी संतोषकारक उत्तर न मिला । आखिर अष्टावक्र मुनि उस सभा में पहुँचे, बोले : "क्या प्रश्न है ?"

"यह सच्चा कि वह सच्चा ?"

अष्टावक्रजी योगी थे, ज्ञानी थे । उन्होंने अंदर गोता मारा, बोले : "राजन् ! रात को तुमने स्वप्न देखा, शत्रु राजा ने तुम्हें बंदी बनाने के बदले

जीवनदान दे दिया और ऐसे-ऐसे हुआ... चील ने तुम्हारी खिचड़ी गिरा दी।''

''हाँ महाराज ! अब कृपा कर
बताइये वह सच्चा था कि यह सच्चा है ?''

''जब वह दिख रहा था तब यह (जाग्रत जगत) नहीं था और जब यह है तो वह (स्वप्न) नहीं है। न वह सच्चा, न यह सच्चा, दोनों जिससे दिखते हैं वह तेरा आत्मा सच्चा है। स्वप्न में जाग्रत नहीं, जाग्रत में स्वप्न नहीं, गहरी नींद में दोनों नहीं लेकिन गहरी नींद में भी वह परमात्मा तुम्हारा साक्षी तो है !''

राजा जनक ने बारह वर्ष के अष्टावक्रजी का पूजन किया और उन्हें गुरु-पद पर आसीन करके उनसे आत्मज्ञान प्राप्त किया। वही ज्ञानोपदेश 'अष्टावक्र गीता' के रूप में हमें प्राप्त है, जो मोक्षमार्गी साधकों के लिए अमृत-समान है।

(क्रमशः) ❍

उनकी लीला वे ही जानें ! - पूज्य बापूजी

हम साधना करते थे तब की बात है। डीसा (गुजरात) में बनास नदी से मालगढ़ जाने का पैदल रास्ता था। लोग नदी में से घुटनेभर का पानी लाँघ के जाते थे। हम नदी के किनारे बैठते थे। कभी-कभी कमंडल व धोती वहाँ रखकर नदी के विशाल तट पर हम सैर करने जाते। चिंता नहीं करते थे कि 'कपड़ा पड़ा है, पीतल का कमंडल पड़ा है।' वहाँ से कोई पसार होता तो मेरी धोती और कमंडल उठाता लावारिस माल समझ के। वह जाता फिर देखता कोई नहीं है, फिर वापस आता फिर जाता... जब तक कमंडल और हमारा कपड़ा वह वापस नहीं रखे तब तक वह घर नहीं जा सकता था, ऐसा भी हो जाता और मेरा उसमें कुछ प्रयास नहीं होता था।

कैसी व्यवस्था है उसकी (परमात्मा की) ! होते हैं बेचारे गरीब लोग या चोरी की वृत्तिवाले लेकिन मेरा एक बार भी कपड़ा-कमंडल नहीं गया। मैं तो शरीर की ममता छोड़ने में लगा था तो कपड़ा-कमंडल का ध्यान रख के मैं घूमता नहीं था। रख दिया और चल दिये, किसीकी नजर भी नहीं पड़ पाती इतना दूर निकल जाते।

''तो फिर बापूजी ! यह पता कैसे चलता कि यह किसने उठाया और वापस आया... ?''

किसीने आ के बोला कि ''महाराज ! यह तुम्हारा है क्या ?''

मैंने कहा : ''हाँ।''

''हम तो ले जा रहे थे पर ऐसा-ऐसा हुआ।'' दूसरे ने बताया।

आप जन्म लेते हैं तो क्या आप चिंता करते हैं कि 'क्या खाऊँगा ? क्या पिऊँगा ?' कुत्ते के पिल्ले को कुछ पता ही नहीं होता जब कुतिया की कोख से जन्म लेता है, आँखें भी नहीं खुलतीं और बंद आँखों से माँ के दूध की जगह खोज लेता है और सकुर-सकुर करके दूध पी लेता है। यह कौन सिखाता है उसको ? माँ के शरीर में दूध कौन देता है और बालक के शरीर में भूख कौन देता है ?

यह कैसा अंतर्यामी है जो सुव्यवस्था रखता है !... योगक्षेमं वहाम्यहम्।

हम सब कुछ फेंक के बैठ गये :

सोचा मैं न कहीं जाऊँगा, यहीं बैठकर अब खाऊँगा।

जिसको गरज होगी आयेगा, सृष्टिकर्ता खुद लायेगा॥

और दो किसान स्वप्न में परमात्मा की प्रेरणा पा के दूध व फल लेकर हाजिर हो गये। कैसा वे खयाल रखते हैं परमेश्वर ! उनकी लीला वे ही जानें !

तुमरी गति मिति तुम ही जानी।
नानक दास सदा कुरबानी।

❍

परम कल्याण करनेवाला ग्रंथ : श्रीमद्भगवद्गीता

- पूज्य बापूजी

(गीता जयंती : १० दिसम्बर)

समुद्र में से राई का दाना निकालना सम्भव है ? कठिन है। लेकिन महापुरुषों ने क्या कर दिया कि इतने बड़े साहित्यरूपी समुद्र में से गीतारूपी राई का दाना निकालकर रख दिया और उस राई के दाने में भी सारे जगत को ज्ञान देने की ताकत ! ७०० श्लोकों का छोटा-सा ग्रंथ। १८ अध्याय, ९४११ पद और २४,४४७ शब्द गीता में हैं। गीता एक ऐसा सद्ग्रंथ है जो प्राणिमात्र का उद्धार करने का सामर्थ्य रखता है। गीता के एकाध श्लोक के पाठ से, भगवन्नाम-कीर्तन से और आत्मतत्त्व में विश्रांति पाये साधु-पुरुष के दर्शनमात्र से करोड़ों तीर्थ करने का फल माना गया है।

गीतायाः श्लोकपाठेन गोविन्दस्मृतिकीर्तनात् ।
साधुदर्शनमात्रेण तीर्थकोटिफलं लभेत् ॥

गीता भगवान के श्रीमुख से निकला अमृत है। गीता का एक-एक श्लोक तो क्या एक-एक शब्द मंत्र है - मन तर जाय ऐसा है और नित्य नवीन भाव, नित्य नवीन रस प्रकट कराता है।

गीता के विषय में संत ज्ञानेश्वर महाराज कहते हैं : ''विरागी जिसकी इच्छा करते हैं, संत जिसका प्रत्यक्ष अनुभव करते हैं और पूर्ण ब्रह्मज्ञानी जिसमें **'अहमेव ब्रह्मास्मि'** की भावना रखकर रमण करते हैं, भक्त जिसका श्रवण करते हैं, जिसकी त्रिभुवन में सबसे पहले वंदना होती है, उसे लोग 'भगवद्गीता' कहते हैं।''

ख्वाजाजी ने कहा है : ''यह उरफानी मजमून (ब्रह्मज्ञान के विचार) संस्कृत के ७०० श्लोकों में बयान किया गया है। हर श्लोक एक रंगीन फूल है। इन्हीं ७०० फूलों की माला का नाम गीता है। यह माला करोड़ों इंसानों के हाथों में पहुँच चुकी है लेकिन ताहाल इसकी ताजगी, इसकी खुशबू में कोई फर्क नहीं आया।''

गीता ऐसा अद्भुत ग्रंथ है कि थके, हारे, गिरे हुए को उठाता है, बिछड़े को मिलाता है, भयभीत को निर्भय, निर्भय को निःशंक, निःशंक को निर्द्वन्द्व बनाकर नारायण से मिला के जीते-जी मुक्ति का साक्षात्कार कराता है।

भगवान श्रीकृष्ण जिसके साथ हैं ऐसा अर्जुन सामाजिक कल्पनाओं से, सामाजिक कल्पित आवश्यकताओं से, 'मैं-मैं, तू-तू' के तड़ाकों-धड़ाकों से इतना तो असमंजस में पड़ा कि 'मुझे क्या करना चाहिए, क्या नहीं करना चाहिए ?...' किंकर्तव्यविमूढ़ हो गया। भगवान ने विराट रूप का दर्शन कराया तो अर्जुन भयभीत हो गया। भगवान ने सांख्य योग का उपदेश किया तो अर्जुन ने शंका की :

तत्किं कर्मणि घोरे मां नियोजयसि केशव ।

(गीता : ३.१)

आप तो कहते हैं कि संन्यास ऊँची चीज है, संसार स्वप्न है, मोहजाल है। इससे जगकर अपने आत्मा को जान के मुक्त होना चाहिए फिर आप मेरे को घोर कर्म में क्यों धकेलते हो ?

संन्यास अर्थात् सारी इच्छाओं का त्याग करके आत्मा में आना तो ऊँचा है लेकिन इस समय युद्ध करना तेरा कर्तव्य है। सुख लेने के लिए नहीं बल्कि व्यवस्था भंग करनेवाले आततताइयों ने जब समाज को घेर लिया है, निचोड़ डाला है तो वीर का, बहादुर का कर्तव्य होता है कि बहुजनहिताय-बहुजनसुखाय अपनी योग्यताओं का इस्तेमाल करे, यही उसके लिए इस समय उचित है। अपना

पेट भरने के लिए तो पशु भी हाथ-पैर हिला देता है। अपने बच्चों की चोंच में तो पक्षी भी भोजन धर देता है लेकिन श्रेष्ठ मानव वह है जो सृष्टि के बाग को सँवारने के लिए, बहुतों के हित के लिए, बहुतों की उन्नति के लिए तथा बहुतों में छुपा हुआ जो एक ईश्वर है उसकी प्रसन्नता के लिए कर्म करे और फल उसीके चरणों में अर्पण कर दे जिसकी सत्ता से उसमें कर्म करने की योग्यता आयी है।

गीता एक दिन में पढ़कर रख देने की पुस्तक नहीं है। गीता पढ़ो गीतापति से मिलने के लिए और गीतापति तुम्हारे से १ इंच भी दूर नहीं जा सकता। ❍

मामूली-सी प्यास सब भोगों को नरक बनाती है तो...

(गतांक का शेष)

ये जो हमारे जिज्ञासु लोग हैं, ये कभी जीवन्मुक्ति चाहते हैं तो कभी ब्रह्मानंद चाहते हैं, कभी परमानंद चाहते हैं और कभी मस्ती चाहते हैं, कभी बेहोशी चाहते हैं। अब बेहोशी में कौन-सी वृत्ति रहेगी जो अविद्या को दूर करेगी ? बिना ब्रह्माकार वृत्ति के अज्ञान तो दूर हो ही नहीं सकता। अब यह पट्ठी समाधि जो है वह तो निर्विषय है और उसमें अज्ञान के निवारण का कोई सामर्थ्य ही नहीं है। तो बेहोश हो जाने से कौन-सी अविद्या दूर होगी ? उसके लिए तो बिल्कुल तत्त्वमस्यादि महावाक्यजन्य वृत्ति की जरूरत होती है और उसकी जिज्ञासा जिसको होती है वह ज्ञान के मार्ग में चलता है।

अब यह बात दूसरी है कि तुम पहले से सोचकर आते हो कि 'हमको तो हमारे मन की चीज चाहिए।' तो बोले कि 'लो, मनपसंद चीज लो।' महात्मा लोगों के पास कोई ब्रह्मज्ञान फालतू नहीं पड़ा है कि ऐरे-गैरे लोगों के सामने डालते फिरें। अरे, जिसको सौ बार गरज हो, साधन-सम्पदा हो, वह उनकी शरण में आये।

तद्विज्ञानार्थं स गुरुमेवाभिगच्छेत्
समित्पाणिः श्रोत्रियं ब्रह्मनिष्ठम्।

(मुण्डकोपनिषद् : १.२.१२)

केवल परब्रह्म के ज्ञान के लिए, अन्य प्रयोजन से न आये और गुरु के पास ही जाय, पुस्तक के पास नहीं। गुफा में ज्ञान नहीं निकलता, गुफा में सिर्फ वे ही चीजें निकल सकती हैं जिनके संस्कार पहले से तुम्हारे अंतःकरण में हैं और गुफा में जाकर जरा वासनाओं को शांत कर दिया तो पहले का भरा हुआ जो पदार्थ है, वह निकल आयेगा। अब यह बात निश्चित है कि आज तक तुम्हारे अंतःकरण में तत्त्वज्ञान कभी भरा ही नहीं, भरा होता तो अविद्या की निवृत्ति हो जाती। अच्छा, नहीं भरा है तो गुफा में कहाँ से निकलेगा ? इसलिए गुरुम् एव - गुरु के ही पास जाय, अभिगच्छेत् का अर्थ है उनके सम्मुख होकर जाय, उनके इशारे के अनुसार ही रहे। अभिगमन का अर्थ है - शरणागति। इस अभिगमन शब्द का शंकराचार्य भगवान ने कई बार प्रयोग किया है। अभिगमन का अर्थ होता है गुरुदेव के प्रति पूर्ण समर्पण।

तो गुरु कैसे होने चाहिए कि श्रोत्रिय। इसका अर्थ है कि गुरु अवैदिक नहीं होने चाहिए, वैदिक मर्यादा के अनुसार चलनेवाले होने चाहिए। बोले, 'अच्छा, वेद का पंडित तो हो परंतु अनुभव न हो।' तो बोले, पंडित होगा तो वह शब्दों का उच्चारण तो करेगा परंतु अनुभव का संचार नहीं कर सकेगा। 'अच्छा, सिर्फ अनुभवी हो।' तो बोले, अनुभवी है तो स्वयं तो वह मुक्त है पर शब्द द्वारा वह दूसरे के हृदय के ज्ञान को ठीक-ठीक नहीं देख सकेगा। इसलिए अनुभवी भी हो और श्रोत्रिय भी हो माने गुरु उपनिषद्-सिद्धांत के अनुभवी होने चाहिए। ❍

श्रीमद्भगवद्गीता : एक परिचय

- पूज्य बापूजी

(गतांक से आगे)

श्रीमद्भगवद्गीता का ९वाँ अध्याय है :

राजविद्याराजगुह्ययोग

इसमें भगवान कहते हैं :

राजविद्या राजगुह्यं पवित्रमिदमुत्तमम् ।
प्रत्यक्षावगमं धर्म्यं सुसुखं कर्तुमव्ययम् ॥

'यह विज्ञानसहित ज्ञान सब विद्याओं का राजा, सब रहस्यों का राजा, अति पवित्र, अति उत्तम, प्रत्यक्ष फलवाला, धर्मयुक्त, साधन करने में बड़ा सुगम और अविनाशी है।' **(गीता : ९.२)**

सच्ची विद्या वही है जो आपको दुःख, चिंता, पराधीनता, परेशानियों से मुक्त कर दे। ऐसी विद्या है एकमात्र ब्रह्मविद्या। यह सब विद्याओं की राजा है। मटका बनाने से लेकर रॉकेट बनाने तक की विद्या, प्रतिस्मृति विद्या, और भी ऐसी-ऐसी कई विद्याएँ दुनिया में पड़ी हैं, जैसे अंतर्धान होने की विद्या, दूर देश में क्या पड़ा है वह देखने की विद्या, दूर देश में कौन क्या बात कर रहा है वह यहाँ आप सुन सकें, देवताओं की बातें जान सकें ऐसी विद्याएँ भी हैं; ये सब विद्याएँ अपनी-अपनी जगह पर ठीक हैं परंतु ब्रह्मज्ञान की विद्या सब विद्याओं से ऊँची है, राजविद्या है। इन्द्र का पद भी मिल जाय और यह राजविद्या नहीं है तो इन्द्र भी कंगाल है। अष्टावक्र मुनि ने राजा जनक को कहा :

यत्पदं प्रेप्सवो दीनाः शक्राद्याः सर्वदेवताः।
अहो तत्र स्थितो योगी न हर्षमुपगच्छति॥
(अष्टावक्र गीता : ४.२)

जिस पद को पाये बिना इन्द्र आदि देव अपने को कंगाल समझते हैं, वह पद जिन्होंने इस राजविद्या से पाया है उन संत को अहंकार नहीं होता है यह भी एक आश्चर्य है, महाआश्चर्य है!

यह राजविद्याराजगुह्य योग है, गुह्य-से-गुह्य है। इससे ज्यादा कोई गोपनीय चीज है ही नहीं विश्व में। यज्ञ करो, अभी धुआँ सहो, मरने के बाद या भविष्य में सुख मिलेगा। अभी दान-पुण्य करो, फिर कभी फल मिलेगा अथवा दूसरे जन्म में उसका सौ गुना फल मिलेगा। लेकिन इसमें ऐसा नहीं है। यह अति उत्तम और प्रत्यक्ष फल देनेवाली है।

एक लोभी सेठ साधु बाबा को बोले : ''बाबा! कम्बल ले लो।''

बाबा ने कहा : ''जरूरत नहीं है बेटे! अब जाड़े तो खत्म हो गये, कम्बल का क्या करना!''

''साधु को कम्बल देते हैं तो एक देवें, दस पावें और ऊँचा साधु हो तो एक देवें, सौ पावें।''

''एक तू अभी रख ले, ९९ बाकी रह गये। हमें नहीं चाहिए।'' बाबा लोग भी मस्त होते हैं।

यह विद्या धर्ममय है। जब भारत में घर-घर में धर्म था तो घर-घर में सुख-शांति, समृद्धि थी, तंदुरुस्ती थी, आनंद-माधुर्य था। अब धर्म की जगह पर आडम्बर, दिखावा हो गया तो दुःख, अशांति, कलह-झगड़े आदि ने स्थान ले लिया। जहाँ आज भी सचमुच में धर्म है वहाँ अभी भी आनंद है, माधुर्य है, सेवा है। यह ब्रह्मविद्या जितनी-जितनी मानव-जाति के व्यवहार में आती

है, उतनी-उतनी मानव-जाति दिव्यता का अनुभव करती है। यह पवित्र है और पाने में सरल है।

हसिबो खेलिबो धरिबा ध्यानं।
अहनिसि कथिबा ब्रह्म गियानं।
हंसै खेलै न करे मन भंग।
ते निहचल सदा नाथ कै संग॥

जो कुछ करें वह उस सर्वव्यापक परमेश्वर को भक्तिभावपूर्वक अर्पण करके परमेश्वरमय हो जायें। उसीको प्राप्त करने की बात भगवान श्रीकृष्ण कह रहे हैं।

राजविद्या यही है कि सहज में रहो। सुख-दुःख, मान-अपमान, हानि-लाभ - जो कुछ भी आयें, सब पसार हो रहे हैं, होने दो, उनमें सत्-बुद्धि मत करो। आपके चित्त में आत्मबंसी बजती रहे। लोगों के बीच तो आप कभी रागी-द्वेषी, कामी-क्रोधी... जैसा भी अभिनय जरूरी हो ऐसा दिखो लेकिन भीतर से बस,

ऊठत बैठत ओई उटाने,
कहत कबीर हम उसी ठिकाने।

यह राजविद्या है। बड़प्पन का अहंकार नहीं, छोटेपन का विषाद नहीं। उपलब्धि में आसक्ति नहीं और विसर्जन में विषाद नहीं।

भगवान श्रीकृष्ण अर्जुन को बोलते हैं कि मैं तुझे राजविद्या सुनाता हूँ।

इदं तु ते गुह्यतमं प्रवक्ष्याम्यनसूयवे।
ज्ञानं विज्ञानसहितं यज्ज्ञात्वा मोक्ष्यसेऽशुभात्॥

(गीता : ९.१)

हे अर्जुन ! तुझ दोषदृष्टिरहित भक्त के लिए इस परम गोपनीय विज्ञानसहित ज्ञान को पुनः विशेषरूप से बताऊँगा, जिसे जानकर तू अशुभ से मुक्त हो जायेगा।

अशुभ है नासमझी। अशुभ है अविद्या, अस्मिता (संकीर्ण अहं), राग, द्वेष, अभिनिवेश (मृत्यु का भय)। तो अशुभ से हम पल्ला कैसे झाड़ें?

जब भी दुःख, भय, चिंता आयें तो समझ लेना अशुभ आया। उस अशुभ को शुभ से काटो। भगवान का नाम, भगवान का ज्ञान, भगवान की प्रीति, भगवान का आश्रय और भगवज्जनों का सत्संग शुभ है। कैसी भी बीमारी, कठिनाई, मुसीबतें आयी हों, उस समय यह ज्ञान का प्रकाश लाकर खड़ा कर दो कि 'यह आयी हुई चीज है, सदा नहीं रहेगी। सदा तो उसको जाननेवाले परमात्मा हैं। हरि ॐ...'

आप भले मन को कितना ही कोसें, 'मन हमारा ऐसा है, वैसा है...' लेकिन मन में एक बड़ा भारी सद्गुण है कि एक बार किसीका चस्का लगता है तो उसीकी ओर चल पड़ता है, फिर वह आसक्ति चाहे प्रेमी-प्रेमिका में, चाहे शराब-कबाब में, चाहे सत्संग में हुई हो... तो शुभ का चस्का लगा दो।

श्रीमद्भगवद्गीता का ९वाँ अध्याय है :

विभूतियोग

जहाँ-जहाँ भगवान की विशेष विभूति है वहाँ भगवान ने अर्जुन का ध्यान खींचा है। सर्वत्र ईश्वर को देखना प्रारम्भ करना हो तो पहले खास-खास जगह ईश्वर को देखो, परमात्मा की विभूति को देखो। जैसे जल है, अंगूर के पौधे में सींचो तो अंगूर का रस बन जाता है, यह भगवान की विभूति है। सूखी घास है, गाय खाती है और चिकना दूध दे देती है, जिससे दही, मक्खन, मलाई भी मिलते हैं। अगर घास में से दूध बनने की प्रक्रिया न हो तो लल्लू भैया (हलवाई) की दुकान पर मावे की मिठाई कभी नहीं बन सकती है। तो ये लल्लू भैया क्या बनाते हैं मिठाई... हकीकत में मिठाई का कच्चा माल तो भगवान की विभूति से बनता है। लल्लू के कार्यकर्ताओं ने तो बस, लगाकर ठप्पा बना लिया अपना लेकिन माल तो उसीका (ईश्वर का) है। तो भगवान के विभूतियोग का वर्णन है दसवें अध्याय में।

किसीको गुरु के द्वार पर पहुँचाना यह ईश्वर के विभूतियोग में भागीदार होना है और किसीको ईश्वर के रास्ते से हटाना यह ईश्वर के माया-कूप में, नरक में जाने में भागीदार होना है। ईश्वर के दो

वैभव हैं - योग और विभूति। तो जो ईश्वर के रास्ते जाता है, ईश्वर के रास्ते जाने में मदद करता है वह ईश्वर के योग और विभूति को पाता है। इसलिए महात्माओं के जीवन में ईश्वर का वैभव दिखता है और साधकों के जीवन में महात्मा की कृपा का चमत्कार दिखता है।

भगवान की महिमा का थोड़ा-बहुत खयाल जीव को आये इसलिए भगवान ने इसमें अपने प्रभाव को बताते हुए कहा है :

अथवा बहुनैतेन किं ज्ञातेन तवार्जुन।
विष्टभ्याहमिदं कृत्स्नमेकांशेन स्थितो जगत्॥

(गीता : १०.४२)

हे अर्जुन ! यहाँ बहुत जानने से तेरा क्या प्रयोजन है ? मैं इस सम्पूर्ण जगत को अपनी योगमाया के एक अंशमात्र से धारण करके स्थित हूँ। इसलिए मुझे तत्त्व से जानना चाहिए। **(क्रमशः)**

तन्मात्राओं का अद्‌भुत प्रभाव

- पूज्य बापूजी

एक तो वायु चलती है तो स्पर्श का एहसास होता है और दूसरा, वायु कहीं से भी कोई गंध - सुगंध, दुर्गंध आदि कुछ भी लाती है तो उसका भी एहसास होता है। तो स्पर्श और गंध का अनुभव वायु से होता है। जैसे डीजल-पेट्रोल की गाड़ी कहीं से गुजरे तो डीजल-पेट्रोल की गंध फैलाती हुई चली जायेगी। वायु बाहर तो स्पर्श का एहसास कराती और गंध फैलाती है लेकिन जब लोग श्वास लेते व छोड़ते हैं तो भीतर के विचार और संस्कार भी वायु से बाहर आते हैं। अतः वायु के द्वारा सुसंस्कार व कुसंस्कार भी फैलते रहते हैं। जहाँ तीर्थ है, संत हैं, सुसंस्कारवाले लोगों का बाहुल्य है वहाँ जाने से दूसरे लोगों को सुसंस्कार की स्वाभाविक फैलनेवाली तन्मात्राओं का, तीर्थत्व का और भूमि के परमाणुओं का लाभ सहज में ही मिलता है। जैसे काकभुशुंडिजी जिस जगह पर रहते थे, वहाँ से उनके शरीर को छूकर जो हवा जाती थी, उसमें उनकी दिव्य तन्मात्राएँ होती थीं और उनके श्वासोच्छ्वासवाले ४-४ कोस तक के वायुमंडल में कोई व्यक्ति आता था तो उसमें सुसंस्कार बढ़ने लगते थे। काम, क्रोध, लोभ, मोह, भय, शोक का शमन हो जाता था तथा शांति, उदारता, समता आदि सद्‌गुण खिलते थे। हर व्यक्ति के शरीर से, रोमकूपों से स्पंदन या तन्मात्राएँ उसके चारों ओर गोलाई में फैलती रहती हैं। जैसे लोभ या काम की तन्मात्राएँ तीव्र हैं तो ७ फीट के व्यासवाला तन्मात्रा-मंडल बन जाता है। किसीकी तन्मात्राओं के मंडल का ५ फीट का तो किसीका ४ फीट का व्यास बन जाता है। विकारप्रधान व्यक्ति का क्षणिक विकार-आवेग होता है, उसकी अपेक्षा भावप्रधान व्यक्ति का भाव तीव्र व गहरा होता है। भावनावाला व्यक्ति शांत होता है तो उसकी तन्मात्राएँ ज्यादा दूर तक फैलती हैं। भाववाले से भी शांत व्यक्ति की तन्मात्राएँ और ज्यादा दूर तक फैलती हैं। शांत व्यक्ति से भी ज्यादा उनकी तन्मात्राएँ व्यापक होती हैं जो तत्त्वज्ञान में हैं क्योंकि तत्त्व तो अपने-आपमें विभु है। तो जिन्होंने तत्त्वज्ञान पाया है वे महापुरुष जहाँ रहते हैं, वहाँ के तात्त्विक संस्कार, समता, सहजता, सुहृदयता के संस्कार, निर्दोष आजीविका, निर्दोष नजरिया, निर्दोष प्रेम तथा चिंतन की ऊँची तन्मात्राओं व तरंगों (वाइब्रेशन) को छूकर बाहर की वायु उन्हें दूर-दूर तक फैलाती जायेगी लेकिन वे महापुरुष जहाँ रहेंगे वहाँ वे तन्मात्राएँ स्थायी रूप से भी अपना प्रभाव छोड़ती जायेंगी।

ऐसे ही जो लोग विकृत मनोवृत्तिवाले हैं, झगड़ालू हैं और ज्यादा समय किसी स्थान पर रहते हैं तो उनके शरीर की तन्मात्राएँ भी वहाँ ज्यादा समय तक बनी रहेंगी। जैसे भगवान श्रीराम की

सेवा में रहनेवाले लखन लाला ऐसी जगह पर गये कि रामजी के प्रति उनमें विरोध-भाव पैदा हुआ, ''वनवास आपको मिला है, मैं आपके पीछे इतना क्यों रगड़ा जाऊँ ! मैं मेरे रास्ते, आप अपने रास्ते जाओ।''

रामजी को आश्चर्य हुआ किंतु फिर यह वहाँ की तन्मात्राओं का प्रभाव है यह समझने में उन्हें देर न लगी। सुंद-उपसुंद दो भाई थे। उन्होंने तपस्या की और ब्रह्माजी से वरदान माँगा कि 'हम कभी न मरें, किसीसे न मरें।'

ब्रह्माजी ने कहा : ''ऐसा तो हो नहीं सकता, कोई शर्त रखो।'' तो दोनों भाइयों का आपस में प्रेम था, वे बोले : ''हम अगर एक-दूसरे को मारें तो ही मरें, नहीं तो न मरें।''

अब वे मनमाना आसुरी दुराचार करने लगे। लोगों ने त्राहिमाम् पुकारा, प्रार्थनाएँ कीं तो देवताओं ने ब्रह्माजी से प्रार्थना की : ''ये लोगों को सताते हैं, कोई उपाय कीजिये।''

ब्रह्माजी ने तिलोत्तमा नाम की अप्सरा भेजी। वह बड़े को प्रेम से देखे और कहे कि ''तुम्हारा छोटा भाई मुझे अपनी पत्नी बनाना चाहता है, मैं तो आपको पति मान चुकी हूँ।'' ऐसा ही छोटे को बोले कि ''उस बूढ़े से मेरा क्या लेना-देना ! मैं तो तुम्हींको पति मान चुकी हूँ लेकिन तुम्हारा भाई मुझे पत्नी की नजर से देखता है।...'' इस प्रकार और भी कई स्त्री-चरित्रों का अवलम्बन लेकर दोनों भाइयों के अंदर एक-दूसरे के प्रति जहर भर दिया और उनमें घमासान युद्ध हुआ, दोनों ने एक-दूसरे की छाती में तलवार घोंप दी। उसी भूमि पर लक्ष्मण खड़े हैं तो उनको अपने भाई श्रीरामजी के प्रति जो भाव नहीं आने चाहिए वे भाव आये।

रामजी ने कहा : ''चलो, अब स्नान कर लो।'' नदी में खड़े रहे तो लक्ष्मण पश्चात्ताप से भर गये। रामजी बोले : ''फिर उसी जगह पर चलो।'' उस जगह पर फिर वे ही हलके विचार आये।

रामजी ने कहा : ''लक्ष्मण ! यहाँ की थोड़ी मिट्टी ले चलो।'' रामजी के निर्देश से अगले पड़ाव पर एक स्थान में वह मिट्टी बिछायी। उस मिट्टी पर खड़े हुए तो लक्ष्मण में वे ही एक-दूसरे के प्रति वैरभाव के संस्कार आने लगे।

लक्ष्मण बोले : ''प्रभु ! मुझे समझ में नहीं आता...'' तब प्रभु ने उनको पूर्व-इतिहास सुनाया।

तो सुंद-उपसुंद के युद्ध को हुए कई चतुर्मास व वर्षाकाल बीत गये होंगे फिर भी रामजी का दर्शन करनेवाले लक्ष्मण पर भी तन्मात्राएँ असर कर सकती हैं, दूषित असर जब इतने लम्बे समय तक टिक सकता है तो सात्त्विक असर उससे भी कई गुना लम्बी गहराई रखता है।

जिस प्रभाव का व्यक्ति ज्यादा समय तक जहाँ रहता है उस स्थान में उसके परमाणु रहते हैं और बाहर का आनेवाला व्यक्ति भी उसके परमाणुओं से परिपुष्ट हो जाता है। आश्रम (संत श्री आशारामजी आश्रम) की भूमि में आते ही लोगों का मन बदल जाता है, विचार बदल जाते हैं। चाहे अहमदाबाद आश्रम हो, चाहे उज्जैन, रजोकरी (दिल्ली), हरिद्वार या और कोई आश्रम हो, वहाँ यह तो प्रत्यक्ष दिखता है। तो वायु का कैसा प्रभाव है ! तन्मात्राओं का कैसा प्रभाव है ! ❍

दुखियों की सच्ची आह में हे नाथ आते आप हैं

भक्तों की एक चाह में, दर्शन दिखाते आप हैं।
दुखियों की सच्ची आह में, हे नाथ आते आप हैं॥
जीवों पर प्यार करते हुए, दुखियों के बीच उतरते हुए।
पतितों के पाप हरते हुए, बिगड़ी बनाते आप हैं॥
जो मोह नींद में सो रहे, जीवन व्यर्थ ही खो रहे।
जो स्वप्न-दुःख में रो रहे, उनको जगाते आप हैं॥
तुमसे ही शांति के सारे साज, भूले भले ही मानव समाज।
अपनी शरण लिये की लाज, सच में निभाते आप हैं॥
कोई तुम्हें पाते ज्ञान में, हैं देखते कोई ध्यान में।
जो कि पथिक अज्ञान में, उनको उठाते आप हैं॥

– संत पथिकजी

टीवी चैनल पर २००८ में दिया गया बापूजी का संदेश

(अंक २८४ से आगे)

रामगोपाल वर्मा, प्रस्तोता (होस्ट) : जब सब काम सही चलने लगता है तो कहीं-न-कहीं शकुनि जैसों का प्रादुर्भाव हो जाता है और वे पाँसे फेंकना शुरू करते हैं। उनकी चालों को युधिष्ठिर जैसे बेचारे नहीं समझ पाते। क्या ऐसे लोगों को अभी सामने नहीं आना चाहिए जो इन सब षड्यंत्रों का पर्दाफाश कर सकें ?

पूज्य बापूजी : ऐसे लोग अभी नहीं आयेंगे तो कब आयेंगे !

श्रद्धापूर्वाः सर्वधर्मा मनोरथफलप्रदाः ।
श्रद्धया साध्यते सर्वं श्रद्धया तुष्यते हरिः ॥

'श्रद्धापूर्वक आचरण में लाये हुए ही सब धर्म मनोवांछित फल देनेवाले होते हैं। श्रद्धा से सब कुछ सिद्ध होता है और श्रद्धा से ही भगवान श्रीहरि संतुष्ट होते हैं।'

(नारद पुराण, पूर्व भाग, प्रथम पाद : ४.१)

ऐसी श्रद्धा पर जब कुठाराघात होता है... मैं तो कहता हूँ किसीका धन छीनना अपराध है, किसीके हाथ-पैर तोड़ना अपराध है लेकिन इनसे हजारों गुना बड़ा, खतरनाक अपराध है लोगों की श्रद्धा तोड़ना। जो श्रद्धा जोड़ते हैं वे उतना ही पुण्यकार्य करते हैं और जो श्रद्धा तोड़ते हैं वे उतने ही प्रकृति के अपराधी हैं। यदि भगवद्-श्रद्धा नहीं रहेगी तो हृदय में भगवद्-रस नहीं होगा। नीरस लोग शराब-कबाब व अनुचित चेष्टा में दुर्लभ मनुष्य-जीवन बरबाद कर देते हैं। इससे हमारे देश की संस्कृति की बहुत हानि हो रही है।

जो षड्यंत्रों का पर्दाफाश करने की योग्यता रखते हैं उन सज्जनों को मेरा यही संदेश है कि आप लोग अपनी वाणी से, अपनी सूझबूझ से, अपने अधिकार से साजिशकर्ताओं के बद-इरादों को नाकामयाब करने में लग जायें। यह भोली-भाली जनता कब तक अफवाहों की शिकार बनती रहेगी ? हम अशांति तो नहीं चाहते लेकिन हम चाहते हैं कि साजिशकर्ताओं पर कानूनी ढंग से कड़क कार्यवाही की जाय और सज्जन लोग, भक्त अपने-अपने इलाकों में अखबारों व मीडिया द्वारा आवाज उठायें कि 'यह नाजायज हो रहा है।'

प्रस्तोता : कब तक चुपचाप बैठे देखते रहेंगे ?

पूज्य बापूजी : इन साजिशकर्ताओं से दबते-दबते भारत भी बिल्कुल खोखला हो गया तो गांधीजी निकल पड़े 'अंग्रेजो ! भारत छोड़ो !' फिर गांधीजी को कितनी क्षति पहुँचाते रहे और उनके ऊपर कितने षड्यंत्र, उनका कितना कुप्रचार करते रहे और कार्टून बनाते रहे लेकिन गांधीजी और गांधीजी के प्यारे डटे रहे। अब वही समय आया है। बापूजी और बापूजी के प्यारों को डटने का समय आया है। जुल्म सह लिया, अब डट के जुल्म से बचने का समय आया है।

प्रस्तोता : बापूजी ! करोड़ों-करोड़ों जनता आपको सुनती है और एक तूफान को मन में धारण किये हुए है लेकिन वे नवयुवक जो कहीं-न-कहीं अपनी संस्कृति व संस्कार से भटक रहे हैं, उनको संस्कारी बनाने, श्रद्धापथ पर टिकाने एवं धर्मपथ पर चलाने के लिए आपका क्या संदेश है ?

पूज्यश्री : नवयुवकों को मेरा यह संदेश है कि अगर आपके जीवन में श्रद्धा और आत्मा का सहयोग होगा तो

यत्र योगेश्वरः कृष्णो यत्र पार्थो धनुर्धरः ।
तत्र श्रीर्विजयो भूतिर्ध्रुवा नीतिर्मतिर्मम ॥

(गीता : १८.७८)

जहाँ भगवान का आश्रय है, भगवान में श्रद्धा और अपनी कर्तव्यपरायणता तथा अपनी संस्कृति की रक्षा है, वहाँ 'श्री' है, बाहर-भीतर सफलता है, विजय व विभूति है। तो हे सज्जनो ! भगवान के साथ प्रीति करते हुए श्रद्धा-भक्तिसहित अपनी संस्कृति की सेवा में यथायोग्य धैर्य व सूझबूझ से डटे रहो। ये आँधी-तूफान आपको कमजोर बनाने के लिए नहीं आते, सूझबूझ जगाने और बलवान बनाने के लिए आते हैं। (समाप्त) ❍

"...तो मैं अपने धर्म का त्याग क्यों करूँ ?"

महात्मा आनंद स्वामी के पिता थे गणेशदासजी। वे एक रिटायर्ड कर्नल के यहाँ मुंशीगिरी करते थे। वहाँ रहते हुए धर्म पर से उनका धीरे-धीरे विश्वास उठता गया। एक दिन उन्होंने ईसाई बनने की ठान ली। सभी लोग इस निर्णय से हैरान-परेशान हो गये पर ईसाइयों के लिए यह बड़ी विजय का सूचक था। 'महंतों के वंश का प्रतिनिधि ही ईसाई बन जायेगा तो उसके अनुयायी भी प्रभावित हुए बिना नहीं रहेंगे।' यह सोचकर ईसाइयों ने खूब प्रचार किया। नगरों में पोस्टर लगाये, ढिंढोरे पीटे गये, दावतनामे भेजे, मिठाइयाँ और फल बाँटने की तैयारियाँ की गयीं।

मुंशी गणेशदास एक दिन पहले ही गाँव से नगर में पहुँचे जहाँ धर्मांतरण कराया जाना था। शाम को सैर पर निकले तो एक जगह ऋषि दयानंद प्रवचन दे रहे थे। मुंशी ने प्रवचन सुना। दयानंदजी ने ईसाई-मत की पोल खोल दी।

प्रवचन के बाद मुंशी ने कहा : "महाराज ! आपने मेरी सारी दुविधा दूर कर दी मगर पछतावा इस बात का है कि कल ही मैं ईसाई बन जाऊँगा।"

"कारण ?"

"अपने धर्म में विश्वास नहीं रहा तो ईसाई बनने का संकल्प ले बैठा।"

"भोले मनुष्य ! यह संकल्प नहीं दु:संकल्प है। संकल्प तो उत्तम भाव का होता है।"

"किंतु मैं तो वचन दे चुका हूँ।"

"तो उन्हें कहो कि एक संन्यासी ईसाई-मत को पाखंडों की गठरी मानते हैं। यदि उन्हें ईसाई बना लो तो मैं भी बन जाऊँगा अन्यथा नहीं।"

मुंशी तत्काल गिरजाघर के पादरी के पास पहुँचे और शर्त उसके सामने रख दी। उसने तुरंत मुंशी के साथ जाकर दयानंदजी को अपने तर्कों के जाल में फाँसने की कोशिशें शुरू कर दीं किंतु उनके जवाबी तर्क सुनकर पादरी चुप हो गया। आखिर झुँझलाकर बोला : "इस साधु के चक्कर में न पड़ो। इसमें हमारी बात समझने का सामर्थ्य नहीं है।"

मुंशी : "जब आपमें एक प्रकांड विद्वान को भी अपनी बात समझाने की ताकत नहीं है तो आप मुझे क्या समझा पायेंगे ? इन्होंने मेरे सारे संशय दूर कर दिये हैं।"

पादरी जल-भुनकर बोला : "और जो इतनी मिठाइयाँ व फल खरीदे गये हैं, इतना प्रचार किया गया है उनका क्या होगा ?"

"मैंने कब कहा था कि इस काम के ढिंढोरे पीटे जायें ? जब मुझे विश्वास हो गया कि हमारा धर्म ईसाइयों के धर्म से ऊँचा है तो मैं अपने धर्म का त्याग क्यों करूँ ?"

पादरी छोटा-सा मुँह लेकर लौट गया। गणेशदासजी तो हिन्दू थे लेकिन इतिहास में ऐसे भी उदाहरण हैं कि अन्य धर्म के जिन विद्वानों और धर्मप्रचारकों, ईसाई पादरियों ने दोषदर्शन की दृष्टि से नहीं अपितु तटस्थ होकर हिन्दू धर्म का, उसके सत्शास्त्रों का, संतों-महापुरुषों के ज्ञान का अध्ययन किया है वे मुक्तकंठ से हिन्दू धर्म की महिमा गाये बिना नहीं रह सके। कइयों ने तो हिन्दुत्व की शिक्षा-दीक्षा ले ली। सनातन धर्म के 'सर्वे भवन्तु सुखिनः'... 'सबका मंगल, सबका भला'... के विश्वहितकारी सिद्धांत में सचमुच सबका हित समाया हुआ है। किसी कीमत पर इस सिद्धांत का त्याग नहीं किया जा सकता। ❍

ढूँढ़िये ज्ञान की बातें

'श्रीमद्भगवद्गीता' पर आधारित नीचे दिये गये प्रश्नों के उत्तर (अध्यायों के नाम व श्लोक-संख्या) वर्ग-पहेली में ढूँढ़िये।

(१) 'यदि तू अन्य सब पापियों से भी अधिक पाप करनेवाला है तो भी तू ज्ञानरूप नौका द्वारा निःसंदेह सम्पूर्ण पाप-समुद्र से भलीभाँति तर जायेगा।' - यह किस अध्याय में आता है ?

के	ज्ञा	न	क	र्म	सं	न्या	स	यो	ग	भ	ल
द	फ	ण	स	च	प	व	ज	अ	व	क	म
बा	श	ब	र	द्य	ठ	स	श	ला	र्म	ए	व
गू	ई	ह	फ	ञ	ल	ढ	इ	यो	आ	श	व
आ	म	स	ख	आ	फ	ए	ग	ई	ट	थ	ग
सं	ऊ	द	वें	म	ल	क	आ	दी	वृ	ग	स
त	ढ़	ह	त	फ	म	ख	ली	क्ष	रो	क	त्र
रा	चै	व	छ	ढ़	प	सं	ये	जा	रा	इ	ह
अ	क्ष	र	ब्र	ह्म	यो	ग	ल	सी	से	ला	वें
ऐ	ई	म	थ	गा	शि	व	फा	इ	ओ	प	लु
ला	नी	शा	ढ़	पा	छ	वा	म	ई	जू	न	ओ
ठ	श	भ	त्र	उ	न्नी	स	वें	ऐ	द	यो	फा

(२) 'अपने धर्म में तो मरना भी कल्याणकारी है व दूसरे का धर्म भय को देनेवाला है।' यह भगवान ने किस अध्याय में कहा है ?

(३) 'जो अनन्य प्रेमी भक्तजन मुझ परमेश्वर को निरंतर निष्काम भाव से भजते हैं, उनका योगक्षेम मैं वहन करता हूँ।' यह नौवें अध्याय के कौन-से श्लोक में आता है ?

(४) 'सब कुछ वासुदेव ही है - जो इस प्रकार मुझको भजता है, वह महात्मा अत्यंत दुर्लभ है।' यह ७वें अध्याय के किस श्लोक में आता है ?

(५) 'दुःखों का नाश करनेवाला योग तो यथायोग्य आहार-विहार करनेवाले का, कर्मों में यथायोग्य चेष्टा करनेवाले का ही सिद्ध होता है।' यह छठे अध्याय के किस श्लोक में आता है ?

(६) 'मनुष्य अंतकाल में जिस-जिस भी भाव का स्मरण करता हुआ शरीर का त्याग करता है, उस-उसको ही प्राप्त होता है।' यह किस अध्याय में आता है ?

(उत्तर इसी अंक में)

महाभारत हितोपदेश

महाभारत (वन पर्व, अध्याय २१३) में आता है कि

चित्तस्य हि प्रसादेन हन्ति कर्म शुभाशुभम्।
प्रसन्नात्माऽऽत्मनि स्थित्वा सुखमानन्त्यमश्नुते ॥

'मनुष्य अपने चित्त की पवित्रता के द्वारा ही समस्त शुभाशुभ कर्मों को नष्ट (फल देने में असमर्थ) कर देता है। जिसका अंतःकरण प्रसन्न (पवित्र) है, वह अपने-आपमें ही स्थित होकर अक्षय सुख (मोक्ष) का भागी होता है।' (२४)

सर्वोपायैस्तु लोभस्य क्रोधस्य च विनिग्रहः।
एतत् पवित्रं लोकानां तपो वै संक्रमो मतः ॥

'सम्पूर्ण उपायों से लोभ और क्रोध की वृत्तियों को दबाना चाहिए। संसार में यही पवित्र तप है और यही सबके लिए भवसागर से पार उतारनेवाला सेतु माना गया है।' (२८)

नित्यं क्रोधात् तपो रक्षेद् धर्मं रक्षेच्च मत्सरात्।
विद्यां मानापमानाभ्यामात्मानं तु प्रमादतः ॥

'सदा तप को क्रोध से, धर्म को द्वेष से, विद्या को मान-अपमान से और अपने-आपको प्रमाद से बचाना चाहिए।' (२९)

सत्यस्य वचनं श्रेयः सत्यं ज्ञानं हितं भवेत्।
यद् भूतहितमत्यन्तं तद् वै सत्यं परं मतम् ॥

'सत्य बोलना सदा कल्याणकारी है। यथार्थ ज्ञान ही हितकारक होता है। जिससे प्राणियों का अत्यंत हित होता हो, उसे ही परम सत्य माना गया है।' (३१)

मिटनेवाले के पीछे अमूल्य जीवन क्यों मिटायें ?

अमीषां प्राणानां तुलितबिसिनीपत्रपयसां
कृते किं नास्माभिर्विगलितविवेकैर्व्यवसितम् ।
यदाढ्यानामग्रे द्रविणमदनिःसंज्ञमनसां
कृतं वीतव्रीडैर्निजगुणकथापातकमपि ॥

'कमल के पत्ते पर पड़े हुए जल के समान क्षणभंगुर इन अविश्वसनीय प्राणों की रक्षा के लिए हम विवेकहीन लोगों ने क्या नहीं किया ? सभी अनुचित कार्य किये । धन के नशे में असावधान चित्तवाले श्रीमानों के सामने निर्लज्ज होते हुए गुणों के कथा-कथनरूप पातक भी किया।'

(वैराग्य शतक : ५)

हमारा अधिकांश समय कुछ पाने, उसे सँभालने और 'वह नष्ट न हो जाय' इसकी चिंता में ही नष्ट हो जाता है जबकि वास्तविकता तो यह है कि इस क्षणभंगुर मृत्युलोक में ऐसी कोई भी वस्तु और संबंध नहीं है जो सदा बना रहे । हम जो पाना चाहते हैं वह नश्वर है । हम जिसे सँभालना चाहते हैं वह पल-प्रतिपल नष्ट होता है लेकिन विवेक के अभाव में हम अपनी अमूल्य मानव-देह और समय व्यर्थ गँवा देते हैं और आखिरकार कुछ भी हाथ नहीं लगता । मनुष्य दुःखदायक, क्षणभंगुर और मल-मूत्र से भरी अपवित्र देह में ही प्रीति करता हुआ जड़ पदार्थों से अशांतिवर्धक तुच्छ सांसारिक भोगों की कामना लिये हुए पशुवत् नारकीय जीवन ही यापन करता है।

जो व्यक्ति संसार की तुच्छ वासनाओं को मिटाने का यत्न नहीं करता, वह अपने-आपका शत्रु है । जो मनुष्य अपने शरीर की नश्वरता का खयाल नहीं करता, वह बालबुद्धि है । वह अवश्य माया से ठगा जाता है । मृत्यु के समय पराये तो उसके पराये हैं ही, अपने भी पराये हो जाते हैं और शरीर भी अपना नहीं रहता।

जो मनुष्य वर्तमान समय-परिस्थिति का दुरुपयोग करके, भविष्य के विषय-वासनाओं एवं ऐहिक सुखों की पूर्ति करने तथा नाशवान शरीर को सुखी करने में जीवनभर लगे रहते हैं, वे 'पापी मनुष्य' के रूप में पहचाने जाते हैं । पापी मनुष्यों की यह पहचान है कि वे अपनी तृष्णा के मुताबिक जगत की परिस्थितियों को अपने अनुकूल करके सुख पाने की इच्छा में ही जुटे रहते हैं । वे क्षणभंगुर शरीर को ही सब कुछ मानने लगते हैं और अंतर्यामी आत्मा का अनादर करते हैं । वे अपनी योग्यताओं का उपयोग भी शरीर के ऐश-आराम में करते हुए उसे बरबाद कर देते हैं।

यह मनुष्य की बड़ी मूर्खता है कि वह यह जानकर भी कि संसार के पदार्थ विनाशी हैं तथा वे उसको किसी भी क्षण छोड़ सकते हैं, वह उनको छोड़कर अनंत सुख प्राप्त करने का उद्योग नहीं करता।

पूज्य बापूजी कहते हैं : ''इस नाशवान, क्षणभंगुर संसार का व्यवहार आभासमात्र है । यह समझकर अपने-आपमें ही तृप्त रहो और अपने हृदय में ही परम समता के उच्च अनुभव को पा लो। आत्मविद्या का अभ्यास करके आत्मज्ञान पा लेना यही सबके जीवन का परम लक्ष्य है । अतः उसकी सिद्धि के लिए ही प्रयत्न करना चाहिए । वह बुद्धिमान है, वह धन्य है, वह सौभाग्यशाली है जो उसके लिए प्रयत्न करता है !'' ❍

गतांक की 'ऋषि प्रसाद प्रश्नोत्तरी' के उत्तर

(१) अनुकूलता, प्रतिकूलता
(२) मनोबल
(३) कच्चा शलगम

भगवत्प्रेम में कैसी थी विट्ठलदासजी की तन्मयता !

एक ब्राह्मण परिवार में दो भाई थे । घर में धन की कमी नहीं थी पर उसीके कारण दोनों भाइयों में परस्पर मनमुटाव बढ़ता गया और अंततः एक दिन दोनों ने एक-दूसरे को मार डाला । अब परिवार में केवल दो विधवा स्त्रियाँ और छोटे भाई का एक बेटा विट्ठलदास रह गये ।

बेटा सद्गुणी और होनहार था । एक दिन उसने अपनी माँ से पिता के बारे में पूछा । माँ ने सारा वृत्तांत सुना दिया । बेटे के मन पर धन के लालच में हुई इस दुर्घटना का गहरा असर पड़ा । धन को सारे अनर्थों की जड़ जानकर उसने पुरोहित-वृत्ति का त्याग कर दिया । विट्ठलदास का मन अब सांसारिक बातों से विरक्त हो गया तथा अधिकांश समय भजन, ध्यान और भगवन्नाम-कीर्तन में बीतने लगा । इकलौते पुत्र की यह हालत देख माता को चिंता हुई कि 'कहीं यह घर छोड़कर न चला जाय !' उसने बेटे का विवाह करा दिया परंतु दिनोंदिन विट्ठलदास का ईश्वर-प्रेम बढ़ने लगा । संतों की सेवा करना, भूखों को भोजन देना आदि उनके नित्यकर्म थे । अब तो उनका एक क्षण भी बिना भगवद्-स्मरण के नहीं बीतता । भगवन्नाम-कीर्तन करते-करते विट्ठलदास प्रेमविह्वलता के कारण बेसुध हो जाते । दुष्ट लोग उनकी स्थिति देख संदेह करते और उन्हें दाम्भिक कहते ।

एक दिन राजा को अपने पुरोहित-पुत्र विट्ठलदास का स्मरण हुआ । मंत्री ने उनके बारे में सारी जानकारी दी तो राजा को बड़ी प्रसन्नता हुई । राजा ने विट्ठलदास को धन-धान्य देने हेतु बुलाने के लिए कर्मचारियों को भेजा । विट्ठलदास ने कर्मचारियों को नम्रतापूर्वक समझाकर लौटा दिया। उनकी इस निःस्पृहता और विरक्ति को देखकर राजा की श्रद्धा उन पर और बढ़ गयी।

राजा उनकी चरणरज से महल को पवित्र करना चाहता था । इस बार उसने बुलाने हेतु खास लोगों को भेजा, जिन्हें विट्ठलदासजी मना नहीं कर सके और ईश्वर-प्रेरणा समझकर भगवन्नाम-कीर्तन करते दरबार में गये । भक्त राजा ने आनंदित होकर उनका स्वागत किया और भजन सुनाने की प्रार्थना की।

समाज में उस समय भी भक्तों और संतों के द्रोहियों की कमी नहीं थी । उन्हें भगवन्नाम आदि में श्रद्धा नहीं थी, वे विट्ठलदासजी से द्वेष रखते थे । विट्ठलदासजी की परीक्षा करने के लिए दुर्बुद्धि, कलुषित-हृदय दुष्टों ने अच्छा मौका समझकर राजा से कहा कि ''आज का कीर्तन खुली छत पर होने से बड़ा आनंद आयेगा।'' सरल-प्रकृति राजा ने दुष्टों के कुभाव को न समझकर अनुमति दे दी । दुष्टों ने षड्यंत्र रचकर विट्ठलदासजी का आसन ऐसी जगह लगाया जहाँ से कीर्तन करते हुए वे यदि तन्मयता के कारण भावविभोर हों तो सीधे छत से नीचे ही गिरें।

कीर्तन आरम्भ हुआ । विट्ठलदासजी नाम-नशे में छक गये और मतवाले होकर नाचने लगे । अंत में प्रेमावेश में भावविभोर होकर गिरे तो सीधे छत से नीचे आ गये । दुष्टों को सफलता की खुशी हुई । राजा ने नीचे आकर देखा तो विट्ठलदासजी के हृदय की धड़कन बंद हो चुकी थी । राजा को बहुत दुःख हुआ । किसी तरह धीरज रखकर उसने उनकी देह को उठवाया और उनके घर ले गये । पुत्र की हालत देख माता के दुःख का पार नहीं रहा । राजा ने अनेक प्रकार से उन्हें धीरज दिया और बहुत-सा धन देकर किसी प्रकार शांत करवाया । माता को याद आया कि 'विट्ठलदास कीर्तन के समय सदा ही मूर्च्छित हुआ करते थे, आज की मूर्च्छा शायद

विशेष गहरी हो ।' इसलिए माँ ने उनके शरीर को एक चादर से ढककर रख दिया । माँ भगवन्नाम-जप तथा प्रार्थना करती रही । इस तरह तीन दिन बीत गये । चौथे दिन विट्ठलदासजी जागे । अपने को राजमहल के बदले घर में देखकर चकित हो गये । माँ ने सारी बात बतायी तो उन्हें आश्चर्य हुआ और भगवत्कृपा का स्मरण कर आनंद से गद्गद हो गये । घटना से प्रसिद्धि फैलने के डर से वे आधी रात को चुपचाप मथुरा की ओर चल पड़े । सवेरे ये घर में नहीं मिले तो एक ओर माँ और पत्नी ने विलाप करना शुरू कर दिया तो दूसरी ओर षड्यंत्र विफल होने से संतद्रोहियों ने अपनी मंडली में बैठ के छाती और सिर कूटते हुए 'हाय-रे-हाय' का प्रलाप शुरू कर दिया । राजा के पास खबर पहुँची तो राजा ने दूत दौड़ाये परंतु सब व्यर्थ हुआ । पुत्र को फिर से खो बैठने के दुःख में माँ अन्न-जल छोड़कर बैठ गयी ।

भगवान ने माँ को स्वप्न दिया कि विट्ठलदास मथुरा में हैं । माँ पुत्रवधू के साथ मथुरा पहुँची । माँ के आग्रह से विट्ठलदासजी ने उनको अपने पास रख लिया पर अपना सारा समय भजन में बिताने लगे ।

विट्ठलदासजी की पतिव्रता पत्नी भी अपना सारा समय सत्संग, भजन-कीर्तन, भगवद्-दर्शन तथा सास और पति की सेवा में बिताया करती । एक दिन चूल्हा पोतने के लिए वह मिट्टी लाने गयी तो उसे धरती में भगवान की मूर्ति तथा बहुत-सा धन मिला । पतिव्रता स्त्री के मन में जरा भी लोभ नहीं आया, उसने पति को सारा वृत्तांत सुनाया । विट्ठलदासजी ने उस स्थान के स्वामी को इसकी सूचना दी तो उसने हाथ जोड़कर कहा : ''महाराज ! यह धन तो आपका ही है । मेरा होता तो पहले मुझे मिलता ।''

विट्ठलदासजी : ''भाई ! जमीन में जो चीज मिलती है उस पर उस जमीन के मालिक का ही अधिकार होता है । हमारा तो इस स्थान में रहनेभर का अधिकार है ।'' उन्होंने उसे स्वीकार नहीं किया और इस तरह यह धर्ममय मधुर विवाद ग्राम के पंचों के सामने गया ।

निर्णय के दिन न्याय-सभा में भारी भीड़ उपस्थित हुई । पंचों ने दोनों के पक्ष सुने और उनकी धर्मनिष्ठा व उदारता को वंदन कर भगवन्नाम का जयघोष किया । मुख्य पंच को उपाय सूझा । उन्होंने फैसला सुनाया कि ''यह धन भगवान की मूर्ति के साथ मिला है इसलिए इससे एक मंदिर बनवाकर मूर्ति यहीं स्थापित की जाय और महान भगवद्भक्त विट्ठलदासजी इसीमें निवास कर जन-समाज को सत्संग, भजन एवं भगवत्कथा का अमृतपान करायें ।''

'परम न्यायकारी, परम दयालु, परम मंगलकारी भगवान व अमृतवर्षी संतों-सत्पुरुषों की जय हो ।' की तुमुल ध्वनि से सभा-मंडप गूँज उठा । शीघ्र ही वहाँ भव्य मंदिर बना । उसीमें भक्त विट्ठलदास भगवान का सत्संग-कीर्तन करने लगे और समाज को भगवद्-आनंद का रसपान कराते हुए जीवन के अंतकाल तक अनंत के सत्संग-ध्यान में तल्लीन रहे । ❍

इन तिथियों का लाभ लें

२५ नवम्बर : उत्पत्ति एकादशी (व्रत करने से धन, धर्म और मोक्ष की प्राप्ति होती है । - पद्म पुराण)

२८ नवम्बर : सोमवती अमावस्या (दोपहर ३-२१ से २९ नवम्बर सूर्योदय तक)

७ दिसम्बर : बुधवारी अष्टमी (सूर्योदय से रात्रि २-०५ तक)

१० दिसम्बर : मोक्षदा एकादशी (यह बड़े भारी पापों का नाश करनेवाला व्रत है । नीच योनि में पड़े पितर भी इसके पुण्यदान से मोक्ष पाते हैं ।)

१५ दिसम्बर : षडशीति संक्रांति (पुण्यकाल : दोपहर १२-३३ से सूर्यास्त तक) (षडशीति संक्रांति में किये गये जप-ध्यान व पुण्यकर्म का फल ८६,००० गुना होता है । - पद्म पुराण)

साँई श्री लीलाशाहजी की अमृतवाणी

स्वयं को पहचानो

आनंदस्वरूप आत्मा तेरी जान है । वही सच्चा और स्वतंत्र आनंद है । अन्य जो भी आनंद आदि हैं, वे तेरे आत्माभास के थोड़े कणमात्र हैं, क्षणभंगुर और नाशवान हैं । स्वयं को पहचानने के लिए कमर कस लो, डरकर साहस न छोड़ो । पीछे न हटो । आगे बढ़ने का यत्न करो । सदैव स्वतंत्र होकर आत्मज्ञान, आत्मध्यान और आत्मानंद में स्थित हो जाओ । मनुष्य तब तक भटकता रहेगा, जब तक उसे सच्चा सुख नहीं मिला है । वह सच्चा सुख आत्मा का स्वरूप है ।

आनंदस्वरूप आत्मा

शरीर आनंदस्वरूप नहीं है और न संसार ही । आनंदस्वरूप तो आत्मा है । नदियाँ तब तक दौड़ती रहती हैं, जब तक सागर से नहीं मिलतीं । ऐसे ही यह मनुष्य भी आनंद के लिए समस्त आयु दौड़ता रहता है । जब तक अपने आनंदस्वरूप आत्मा से नहीं मिला है, उस समय तक उसमें शरीरसहित जन्मता-मरता रहता है ।

स्थूल शरीर मरने पर भी सूक्ष्म शरीर चलता रहता है । शरीरदृष्टि से तो सभी मरे पड़े हैं किंतु आत्मदृष्टि से अजर-अमर हैं । शरीर सदा न रहेगा ।

अनित्यानि शरीराणि विभवो नैव शाश्वतः ॥
नित्यं संनिहितो मृत्युः कर्तव्यो धर्मसंग्रहः । ❍

ऋषि प्रसाद से जीवन में बहार आ गयी

मेरे पिता को उनके मित्र ने 'ऋषि प्रसाद' पढ़ने को दी थी । उसे पढ़ने से पिताजी के अंतर में एक प्यास जगी कि 'मुझे भी गुरु बनाने चाहिए ।' उन्होंने पूज्यश्री से मंत्रदीक्षा ली और संकल्प किया कि 'इसके ५०० आजीवन सदस्य बनाऊँगा ।'

पूज्यश्री की कृपा से पिताजी ने अपना संकल्प पूर्ण किया तो प्रसादरूप में बापूजी ने अपने करकमलों से उन्हें पगड़ी पहनायी व चाँदी का एक गिलास दिया । पिताजी ने जब से ऋषि प्रसाद द्वारा ज्ञान-प्रचार की सेवा शुरू की, तब से लेकर अंत समय तक यह सेवा करते रहे ।

पहले पिताजी एक कपड़ा बनाने की कम्पनी में ४००० रुपये की नौकरी करते थे लेकिन जब से मंत्रदीक्षा ली और हर माह बापूजी के पूनम-दर्शन करने लगे, तब से पूज्यश्री की कृपा ने उन्हें उन्नति के शिखर पर पहुँचा दिया । पिताजी उसी कम्पनी में लेबर कॉन्ट्रैक्टर हो गये थे और उनके नीचे ३००० मजदूर काम करने लगे । बाद में स्वयं की लेबर कॉन्ट्रैक्ट कम्पनी शुरू कर दी जो आज मेरे पास है ।

- प्रवीण कुमार झा,
बोईसर, जि. पालघर (महा.),
सचल दूरभाष : ०९३७१७१०३४९.

मंत्र का प्रभाव

२०१४ की बात है । हमारी गाय की तबीयत खराब हो गयी थी । वह एकदम मृत समान होकर लेट गयी तो सभीने उसके जीने की आशा खो दी । अंतिम समय जानकर हमने उसके गले की रस्सी काट दी । सबकी आँखों में आँसू आ गये ।

उसी दिन सुबह जब मैं नियम कर रही थी तो पूज्य बापूजी मुझे बार-बार प्रेरणा दे रहे थे कि 'महामृत्युंजय मंत्र का जप करके अभिमंत्रित जल बना ।' मैंने जल बनाया और ले जाकर जैसे ही उसके मुख में डाला तो उसके कान हिलने लगे और थोड़ी ही देर में वह उठ के खड़ी हो गयी । मंत्र का प्रभाव देख हम लोग दंग रह गये ! गुरुकृपा से गौमाता को जीवनदान मिला । वह गौमाता आज भी हमारा पोषण कर रही है ।

एक दिन मेरी माताजी के कान के पास असहनीय पीड़ा होने लगी । दवाई मँगायी पर दर्द बढ़ता जा रहा था । मैंने कटोरी में जल लिया और गुरुमंत्र का जप करके पिला दिया । जल पीते ही मंत्र के प्रभाव से उनका दर्द दूर हो गया । मैं मेडिकल की छात्रा हूँ, मैंने औषध-निर्माण क्षेत्र में डिग्री पायी है फिर भी मैं दवा से ज्यादा अपने गुरुमंत्र पर विश्वास करती हूँ । पूज्य गुरुदेव की शरण में आकर मुझे अनेक लाभ हुए हैं । अंतरात्मरूप से प्रेरणा देनेवाले सर्वसमर्थ सद्गुरुदेव के श्रीचरणों में शत-शत नमन !

- माधवी द्विवेदी, गोरखपुर (उ.प्र.)

सचल दूरभाष : ०९४५३१२०३८७

जब भी पुकारा, आपने आन उबारा

मैं पायलट की ट्रेनिंग हेतु यूएसए गयी थी । हमारा एक टेस्ट होता है, जिसमें हमें अकेले ही हवाई जहाज उड़ाकर जाना होता है । इसे 'सोलो क्रॉस कन्ट्री' कहते हैं । मेरी ट्रेनिंग के दौरान जब मैं फ्लाइट उड़ा रही थी तो अचानक मौसम खराब हो गया । मेरा हवाई जहाज बहुत ज्यादा हिलने-डुलने तथा कम्पित होने लगा । संचार-यंत्रों ने भी काम करना बंद कर दिया था । मुझे समझ में नहीं आ रहा था कि अब मैं क्या करूँ । तब मैंने पूज्य बापूजी का पॉकेट साइजवाला श्रीविग्रह निकाला जिसे मैं हमेशा अपने साथ रखती थी । उसे अपने पास की सीट पर रखा और प्रार्थना की, 'बापूजी ! मेरी रक्षा कीजिये, मेरा मार्गदर्शन कीजिये, अब मैं क्या करूँ ? अब आप ही फ्लाइट की कमान सँभालिये, आप सर्वशक्तिमान हो ।'

मैंने श्री आशारामायणजी का पाठ शुरू कर दिया । तभी अचानक मेरी फ्लाइट के संचार-यंत्र चालू हो गये । रास्ते में मैंने नियंत्रण-कक्ष के अधिकारी से कहा : "कृपया उतरने के लिए मेरा क्षेत्र खाली करवा दीजिये । मैं उतरने आ रही हूँ ।" मुझे नहीं पता मैं कैसे अपने गंतव्य पर पहुँची । जैसे ही मैंने फ्लाइट लैंड की तो संचार-यंत्र फिर से फेल हो गये । जब छानबीन हुई तो मेरे सारे अधिकारी वहाँ आश्चर्य से पूछ रहे थे कि यह चमत्कार कैसे हुआ ! मैं आज जीवित हूँ तो बापूजी की कृपा से । मेरे समर्थ सद्गुरुदेव के श्रीचरणों में शत-शत नमन !

- मोनिका लोहान (पायलट)

अरबन स्टेट, जींद (हरि.)

विविध रोगों में अलग-अलग तेलों के लाभ

तेल को धूप में रखकर उसमें सूर्य-किरणों का प्रभाव लाया जा सकता है। जिस रंग में तेल तैयार करना चाहें उस रंग की साफ काँच की बोतल में तीन भाग तक तेल भर दें व एक भाग खाली रखकर ढक्कन लगा दें और ऐसी जगह रखें जहाँ दिनभर उस पर धूप पड़ती रहे। बोतल को लकड़ी के पटिये पर रखें एवं इसे रोज हिलाते रहें। धूप समाप्त होने से पहले ही बोतल उठाकर रख लें। बोतल को कम-से-कम ४० दिन तक धूप में रखें, उसके बाद ही उस तेल का मालिश हेतु प्रयोग करें। तेल जिस रंग की बोतल में भरकर धूप में रखा गया हो, उसी रंगवाली बोतल में रखा रहने दें। यदि किसी रंग की शुद्ध बोतल न मिल सके तो पारदर्शी काँच की बोतल पर इच्छित रंग का सेलोफेन कागज लपेटकर भी काम चलाया जा सकता है।

ऋतु और शरीर की स्थिति के अनुसार तेल का चुनाव कर नियमित रूप से शरीर की मालिश करनी चाहिए। साधारण मालिश के लिए सरसों, नारियल व तिल का तेल उत्तम रहता है। कमजोर रोगियों के लिए जैतून का तेल विशेष लाभ देता है।

कमर व गर्दन का दर्द, मोच, लकवा, जोड़ों का दर्द, गठिया, वातव्याधि, सायटिका आदि रोगों में लाल रंग की बोतलवाले नारियल या तिल के तेल से मालिश करें तथा २० से ६० मिनट तक रोगग्रस्त अंग की धूप में सिंकाई करें। यह तेल बहुत ही गर्म प्रकृति का हो जाता है। जहाँ शरीर में गर्मी और चेतनता देने की आवश्यकता हो, वहाँ इस तेल से मालिश करनी चाहिए। ग्रीष्म ऋतु में गर्म प्रकृति के लोगों के लिए इसका उपयोग हितावह नहीं है।

हलके नीले या नीले रंग की बोतल में सरसों या नारियल का तेल तैयार करने से वह ठंडी प्रकृति का हो जाता है। शरीर में बढ़ी हुई गर्मी, गर्मी के दाने, कील-मुँहासे, घमौरियाँ, बवासीर, स्नायविक संस्थान के दौर्बल्य, शिथिलता, सिरदर्द, बाल झड़ना, रूसी होना आदि में यह लाभदायक है। यह मस्तिष्क को ठंडक देता है, दिमागी कार्य करनेवालों के लिए यह टॉनिक का काम करता है।

चर्मरोग, खुजली आदि के लिए अलसी का तेल या हरे रंग की बोतलवाला नारियल का तेल लाभप्रद होता है। यह नारियल-तेल लघु मस्तिष्क पर (सिर के पीछे, नीचे) लगाने से स्वप्नदोष, सूजाक (गोनोरिया), प्रदररोग आदि में शीघ्र लाभ होता है। सिर में खुजली, असमय सफेद बाल, उपदंश (Syphilis) आदि में भी यह उपयोगी है।

सिरदर्द के लिए बादाम के तेल का प्रयोग करें। कमजोर और सूखा रोग से ग्रस्त बच्चों के शरीर पर धूप में बैठकर जैतून के तेल से मालिश करना बहुत गुणकारी होता है। वात आदि व्याधियों में तिल का तेल लाभकारी है। आश्रम-निर्मित मालिश तेल जोड़ों के दर्द के लिए अत्यंत उपयुक्त है। अंदरूनी चोट, पैर में मोच आना आदि में हलके हाथ से मालिश करके गर्म कपड़े से सेंकने पर शीघ्र लाभ होता है। ❍

अमृत-औषधि दालचीनी

दालचीनी उष्ण, पाचक, स्फूर्तिदायक, रक्तशोधक, वीर्यवर्धक व मूत्रल है। यह वायु व कफ का शमन कर उनसे उत्पन्न होनेवाले अनेक रोगों को दूर करती है।

यह श्वेत रक्तकणों की वृद्धि कर रोगप्रतिकारक शक्ति बढ़ाती है। बवासीर,

कृमि, खुजली, राजयक्ष्मा (टी.बी.), इन्फ्लूएंजा (एक प्रकार का शीतप्रधान संक्रामक ज्वर), मूत्राशय के रोग, टाइफायड, हृदयरोग, कैंसर, पेट के रोग आदि में यह लाभकारी है। संक्रामक बीमारियों की यह विशेष औषधि है।

दालचीनी के कुछ प्रयोग

* पेट के रोग व सर्दी-खाँसी : १ ग्राम (एक चने जितनी मात्रा) दालचीनी चूर्ण में १ चम्मच शहद मिलाकर दिन में १-२ बार चाटने से मंदाग्नि, अजीर्ण, पेट की वायु, संग्रहणी रोग, अफरा और सर्दी-खाँसी में लाभ होता है।

* हृदयरोग : एक ग्राम दालचीनी चूर्ण २०० मि.ली. पानी में धीमी आँच पर उबालें। १०० मि.ली. पानी शेष रहने पर उसे छानकर पी लें। इसे रोज सुबह लेने से कोलेस्ट्रॉल की अतिरिक्त मात्रा घटती है। गर्म प्रकृतिवाले लोग एवं ग्रीष्म ऋतु में इसके पानी में दूध मिलाकर उपयोग कर सकते हैं। इस प्रयोग से रक्त की शुद्धि होती है एवं हृदय को बल मिलता है।

* स्वरभंग, खाँसी व मुँह की बदबू : दालचीनी का छोटा-सा टुकड़ा चूसने से स्वरभंग (गला बैठना) की विकृति नष्ट होती है व आवाज खुलती है। इससे खाँसी का प्रकोप शांत होता है, मुँह की बदबू दूर होती है, मसूड़े मजबूत बनते हैं और तोतलेपन में भी लाभ होता है।

सावधानियाँ : गर्भवती महिलाओं के लिए दालचीनी लेना निषिद्ध है। इसकी अधिक मात्रा लेने से पित्त (उष्ण) प्रकृतिवालों को सिरदर्द होता है। अत्यधिक मात्रा में, रात को या दीर्घकाल तक इसका सेवन करना हानिकारक है। ❍

बापूजी का आत्मसाक्षात्कार दिवस है प्रेरणा दिवस भी

विश्व में विभिन्न उपलब्धियों के अनेक दिवस मनाये जाते हैं लेकिन 'आत्मसाक्षात्कार दिवस' उन सबसे ऊँचा एक ऐसा विलक्षण दिन है जो मनुष्यमात्र को अपनी दुःख-पीड़ा-कष्टों से ओतप्रोत अज्ञान-दशा से ऊँचा उठकर परमानंदमय शाश्वत परम सुख पाने की उमंग जगाता है, उस रास्ते पर कदम बढ़वाता है। ब्रह्मनिष्ठ पूज्य संत श्री आशारामजी बापू का आत्मसाक्षात्कार दिवस विश्व-इतिहास का एक ऐसा अद्वितीय स्वर्णिम अध्याय है जिसमें मानव-जीवन का सर्वांग-सम्पूर्ण विकास करनेवाले भक्तियोग, कर्मयोग, ज्ञानयोग, ध्यानयोग, संकीर्तन योग आदि नानाविध मार्गों का सुंदर समन्वय देखने को मिलता है।

इस वर्ष पूज्य बापूजी के आत्मसाक्षात्कार दिवस पर निकाली गयी संकीर्तन यात्राओं में लोगों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। इस दिन अनेक स्थानों पर गरीबों, बच्चों के लिए भोजन व जीवनोपयोगी चीजों का भंडारा हुआ। अहमदाबाद आश्रम की विशाल संकीर्तन यात्रा में सैनिक वेश में शामिल गुरुकुल के बच्चों द्वारा राष्ट्र-रक्षा में शहीद हुए जवानों को श्रद्धांजलि देने हेतु प्रस्तुत की गयी झाँकी लोगों के आकर्षण का केन्द्र बनी।

पेटलावद आश्रम (म.प्र.) द्वारा मोखड़ा जि. झाबुआ आदि के आदिवासी क्षेत्रों में अनाज-वितरण किया गया (यह सेवा यहाँ एवं अनेक स्थानों पर हर माह की जाती है) तथा भैरवी आश्रम (गुज.) द्वारा कपराड़ा, साहुड़ा, रोहियाल जंगल जि. वलसाड़ आदि आदिवासी क्षेत्रों में भंडारे किये गये। संत श्री आशारामजी आदिवासी कल्याण आश्रम, अलीराजपुर (म.प्र.) में 'भजन करो, भोजन करो, पैसा पाओ' योजना के अंतर्गत

गरीबों में अनाज-वितरण भी किया गया। गोरखपुरसहित अन्य अनेक स्थानों पर गरीबों, मजदूरों को स्वस्थ रखने के लिए हॉटकेस (भोजन गर्म रखनेवाले डिब्बे) वितरित किये गये। चेन्नई आदि में बालकों को भोजन कराया गया। बेंगलुरु के कैंसर अस्पताल में रुग्णों व उनके परिजनों को भोजन व धौली-भुवनेश्वर (ओड़िशा) सहित अन्यत्र के अस्पतालों में फल-वितरण किया गया। गालकुवा जि. तापी (गुज.) आदि में वस्त्र-वितरण कर गरीबों को आर्थिक सहायता दी गयी। रेवाड़ी (हरि.) में निःशुल्क दंत व नेत्र चिकित्सा शिविरों का आयोजन हुआ। महिला मंडल द्वारा देशभर में घर-घर तुलसी-वितरण अभियान चलाया गया। नौसेना के जामनगर (गुज.) स्थित केन्द्रीय विद्यालयसहित देश के अनेक विद्यालयों में योग व उच्च संस्कार कार्यक्रम किये गये। मुनीगड़ी, केसरापल्ली जि. गंजाम आदि ओड़िशा के गरीब इलाकों में विद्यालयीन बच्चों में नोटबुकों व सुसंस्कारप्रद सत्साहित्य का निःशुल्क वितरण किया गया। सभी स्थानों पर सत्संग, पादुका-पूजन, मानस-पूजन, भजन, ध्यान, जप, पाठ आदि का भी लाभ लेकर बापूजी का आत्मसाक्षात्कार दिवस मनाया गया।

(इन कार्यक्रमों की हृदयस्पर्शी तस्वीरों हेतु देखें आवरण पृष्ठ २)

गरीब-अमीर सभी वर्ग के लोगों ने किया पितरों को संतुष्ट

भारतीय संस्कृति की सबसे बड़ी विशेषताओं में एक विशेषता है श्रद्धा। ऐसी श्रद्धा देवी का जीवन में प्राकट्य करने की सुंदर व्यवस्था है श्राद्ध। आज के भागदौड़भरे युग में श्राद्ध के विधि-विधान की जानकारी न होने या खर्च आदि अन्य कारणों से कोई श्राद्ध के लाभ से वंचित न रह जाय तथा गरीब-अमीर सभी वर्ग के लोग सहजता से श्राद्ध कर सकें इस उद्देश्य से देश के प्रमुख संत श्री आशारामजी आश्रमों में सर्वपित्री अमावस्या के दिन सामूहिक श्राद्ध का आयोजन अनेक वर्षों से किया जाता रहा है। इस वर्ष के सामूहिक कार्यक्रमों में ऐसा जनसागर उमड़ पड़ा कि गत सभी वर्षों के कीर्तिमान (रिकॉर्ड) टूट गये। सभी स्थानों पर वैदिक विधि-विधान से अपने पितरों की सद्गति के निमित्त संकल्प कराया गया। इस अवसर पर देश के लिए कुरबान हुए शहीदों, धर्म-संस्कृति की सेवा में जीवन लगानेवाले पुण्यात्माओं व अन्य सभी जीवात्माओं की तृप्ति के साथ प्राणिमात्र के मंगल तथा विश्वशांति हेतु भी तर्पण किया गया। भंडारों का आयोजन भी हुआ। इंदौर गुरुकुल के बच्चों ने भी शास्त्र विधि-अनुसार पितरों का श्राद्ध-तर्पण किया। गोंदिया गुरुकुल (महा.) के बच्चों द्वारा घर-घर तुलसी-वितरण अभियान चलाया गया, जिसमें मुसलमान भाई-बहनों में भी तुलसी-पौधों का वितरण किया गया। मंदसौर कारागृह (म.प्र.) में कैदियों के बीच सामूहिक श्राद्ध-तर्पण का आयोजन किया गया। इसमें जेल अधीक्षक एवं अन्य अधिकारियों ने भी भाग लिया एवं कार्यक्रम की खूब प्रशंसा की।

(तस्वीरों हेतु देखें आवरण पृष्ठ ४)

भुवनेश्वर एवं अन्य स्थानों पर बापूजी के शिष्यों ने २ से ८ अक्टूबर तक मनाये जानेवाले 'मद्य निषेध सप्ताह' के निमित्त 'सम्पूर्ण नशामुक्ति अभियान' चलाया। कवर्धा (छ.ग.), मेरठ (उ.प्र.), सीहोर (म.प्र.) सहित विभिन्न स्थानों पर कैदी उत्थान कार्यक्रम एवं सत्साहित्य-वितरण किये गये।

(ऋषि प्रसाद प्रतिनिधि : गलेश्वर यादव)

वर्ग-पहेली 'ढूँढ़िये ज्ञान की बातें' के उत्तर :

(१) ज्ञानकर्मसंन्यासयोग (२) कर्मयोग
(३) बाईसवें (४) उन्नीसवें (५) सत्रहवें
(६) अक्षरब्रह्मयोग

विद्यार्थियों को महानता की बुलंदियों पर पहुँचानेवाला सत्साहित्य-संग्रह

दिव्य प्रेरणा-प्रकाश, बाल संस्कार, तू गुलाब होकर महक, तेजस्वी बनो, पुरुषार्थ परम देव, संस्कार दर्शन, मन को सीख, अपने रक्षक आप, योग व उच्च संस्कार, हमें लेने हैं अच्छे संस्कार, महापुरुषों के प्रेरक प्रसंग, हमारे आदर्श, हे वीर ! आगे बढ़ो..., संस्कार सरिता, संस्कारी बालक बनें महान

इनमें आप पायेंगे : ※ विद्यार्थियों का भविष्य उज्ज्वल बनाने की कुंजियाँ।
※ जीवन में अच्छे संस्कारों को कैसे सँजोयें ? ※ बच्चे ओजस्वी, तेजस्वी तथा प्रतिभावान कैसे बनें ?
※ विद्यार्थी जीवन के हर क्षेत्र में सफल कैसे हो ?

इस सत्साहित्य सेट का मूल्य : मात्र ₹ १५० (डाक खर्च सहित)

सर्दियों में पायें बल, बुद्धि, पुष्टि का खजाना

अश्वगंधा पाक

यह पुष्टि व वीर्य वर्धक, स्नायु एवं मांसपेशियों को ताकत देनेवाला तथा कद व मांस बढ़ानेवाला है। नसों एवं धातु की कमजोरी, मानसिक तनाव, याददाश्त की कमी व अनिद्रा दूर करता है। दूध के साथ इसका सेवन करने से शरीर में लाल रक्तकणों व कांति की वृद्धि होती है, जठराग्नि प्रदीप्त होती है।

पुष्टि टेबलेट

ये गोलियाँ शरीर को हृष्ट-पुष्ट और शक्तिशाली बनाती हैं। कृशकाय एवं दुर्बल व्यक्तियों के लिए इनका सेवन बहुत लाभदायी है। इनके सेवन से खुलकर भूख लगती है।

₹८०

च्यवनप्राश

यह बल, वीर्य, स्मरणशक्ति व बुद्धि वर्धक है। बुढ़ापे को दूर रखता व भूख बढ़ाता है। जीर्णज्वर, दौर्बल्य, शुक्रदोष, पुरानी खाँसी, क्षयरोग तथा फेफड़ों, मूत्राशय व हृदय के रोगों में विशेष लाभकारी है। दीर्घायु, चिरयौवन, प्रतिभा शक्ति देनेवाला है। स्वस्थ या बीमार, बालक, युवक, वृद्ध - सभी इसका सेवन कर सकते हैं।

बल्य रसायन

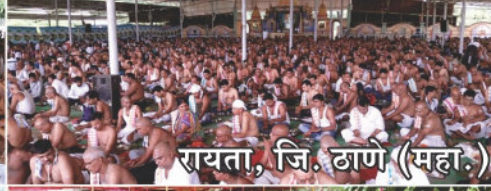
यह शरीर की समस्त धातुओं का पोषण कर शरीर को हृष्ट-पुष्ट बनाता है। स्वप्नदोष, शुक्राणुओं की कमी, कमरदर्द, शारीरिक कमजोरी आदि में लाभदायी है।

उपरोक्त सत्साहित्य सेट एवं उत्पाद आप अपने नजदीकी संत श्री आशारामजी आश्रम या समिति के सेवाकेन्द्र से प्राप्त कर सकते हैं। अधिक जानकारी हेतु सम्पर्क : ०९२१८११२२३३ ई-मेल : hariomcare@gmail.com
रजिस्टर्ड पोस्ट से मँगवाने हेतु सम्पर्क : (०७९) ३९८७७७३० ई-मेल : satsahityamandir@gmail.com

आश्रमों में हुए सामूहिक श्राद्ध कार्यक्रमों में उमड़ा जनसागर

शहीदों की सद्गति व प्राणिमात्र के मंगल हेतु भी किया तर्पण

RNI No. 48873/91
RNP. No. GAMC 1132/2015-17
(Issued by SSPOs Ahd, valid upto 31-12-2017)
Licence to Post without Pre-payment.
WPP No. 08/15-17
(Issued by CPMG UK. valid upto 31-12-2017)
Posting at Dehradun G.P.O.
between 4th to 20th of every month.
Date of Publication: 1st Nov 2016

अहमदाबाद

रायता, जि. ठाणे (महा.)

रायपुर (छ.ग.)

भैरवी (गुज.)

बदलापुर, जि. ठाणे (महा.)

वापी (गुज.)

आलंदी-पुणे (महा.)

गाजियाबाद (उ.प्र.)

इंदौर गुरुकुल

बड़ौदा (गुज.)

जोधपुर (राज.)

जयपुर

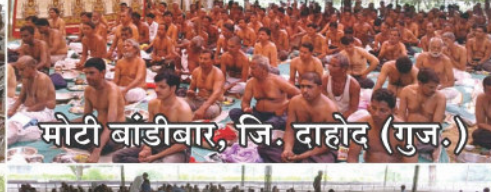
नासिक

लखनऊ

सरैया, जि. नवसारी (गुज.)

हैदराबाद

फरीदाबाद (हरि.)

प्रकाशा (महा.)

मोटी बांडीबार, जि. दाहोद (गुज.)

भुवनेश्वर

बाड़मेर (राज.)

भोपाल

छारीया, जि. पंचमहाल (गुज.)

ओंकारेश्वर (म.प्र.)

लुधियाना (पंजाब)

बेलौदी, जि. दुर्ग (छ.ग.)

भुसावल (महा.)

राणापुर, जि. झाबुआ (म.प्र.)

मालेगाँव, जि. नासिक (महा.)

स्थानाभाव के कारण सभी तस्वीरें नहीं दे पा रहे हैं। अन्य अनेक तस्वीरों हेतु वेबसाइट www.ashram.org/sewa देखें।
आश्रम, समितियाँ एवं साधक-परिवार अपने सेवाकार्यों की तस्वीरें sewa@ashram.org पर ई-मेल करें।